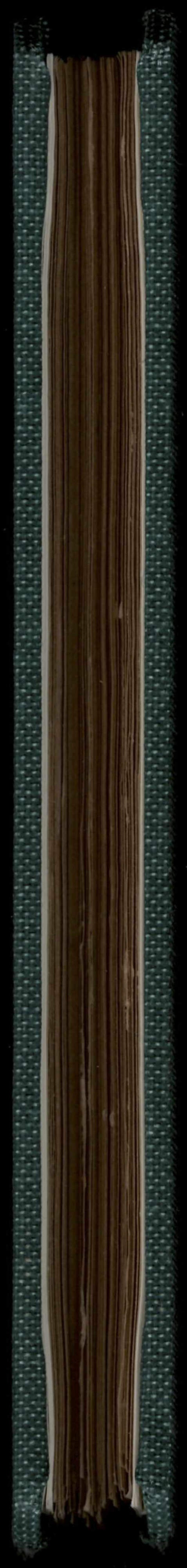
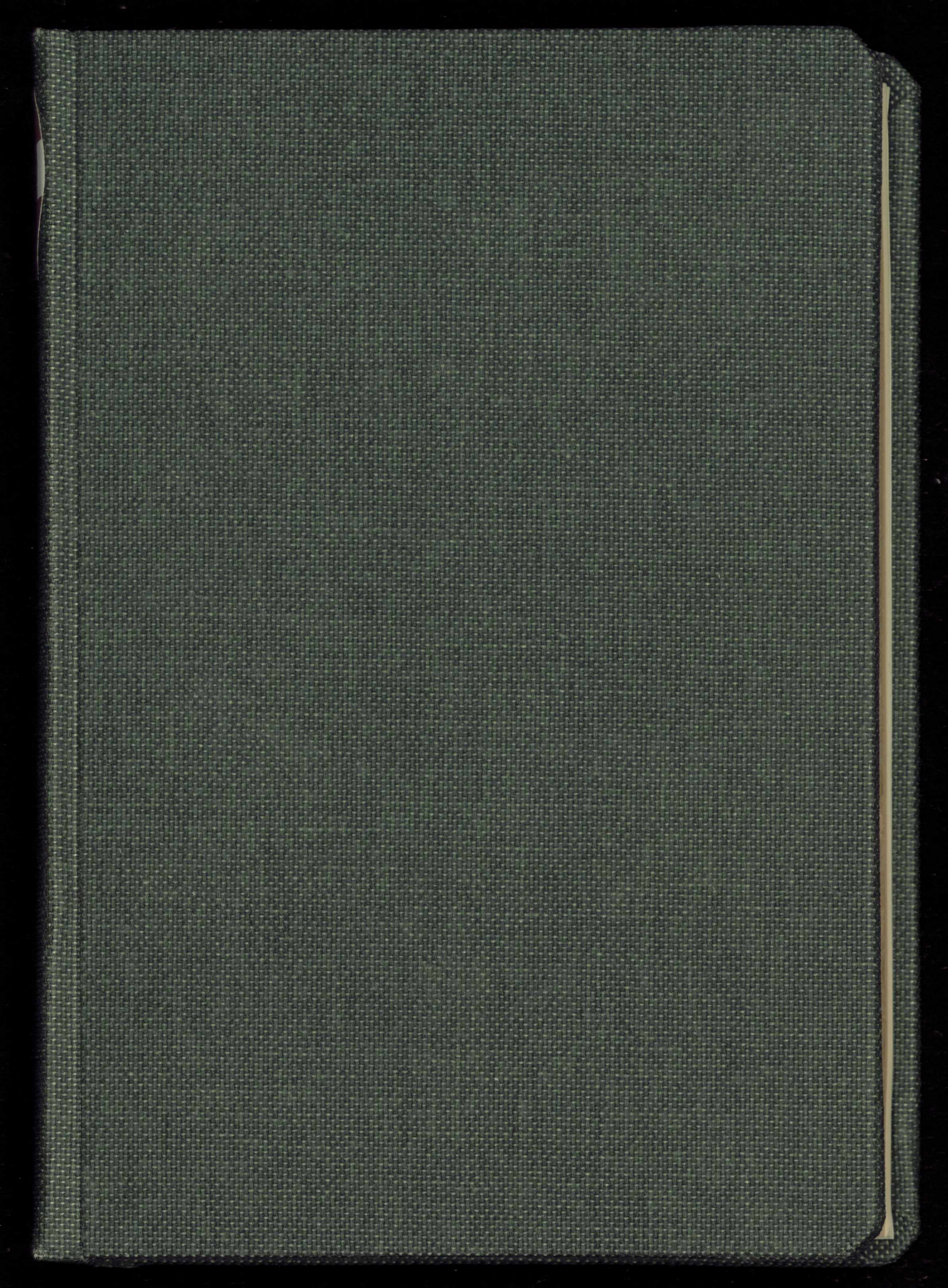
A. BESANT — INTRODUCTION À LA YOGA





BIBLIOTHÈQUE THÉOSOPHIQUE

Introduction à la Yoga

Quatre Conférences faites à l'occasion
du trente-deuxième anniversaire de la Société Théosophique
célébré à Bénarès, les 27, 28, 29 et 30 décembre 1907

PAR

ANNIE BESANT

TRADUIT DE L'ANGLAIS



PARIS
PUBLICATIONS THÉOSOPHIQUES
10, RUE SAINT-LAZARE, 10

1912

Introduction à la Yoga



La Bibliothèque théosophique se compose d'ouvrages édités par le *Comité de Publications théosophiques* dont le siège est à Paris, 59, avenue de la Bourdonnais.

BIBLIOTHÈQUE THÉOSOPHIQUE

Introduction à la Yoga

Quatre Conférences faites à l'occasion
du trente-deuxième anniversaire de la Société Théosophique
célébré à Bénarès, les 27, 28, 29 et 30 décembre 1907

PAR

ANNIE BESANT

TRADUIT DE L'ANGLAIS

PARIS
PUBLICATIONS THÉOSOPHIQUES
10, RUE SAINT-LAZARE, 10

1912

AVANT-PROPOS

Ces conférences ont eu pour but de donner un aperçu général de la Yoga, afin de préparer à l'étude et à la mise en pratique des *Sutras de Patanjali* — le plus important des traités de Yoga. J'ai entrepris, avec la collaboration de mon ami Bhagavan Das, une traduction de ces Sutras, accompagnée du commentaire de Vyasa et d'un second commentaire écrit d'après les données théosophiques et qui élucidera la question. Préparer l'étudiant à cette tâche plus ardue, tel est le but du présent recueil et la raison des nombreuses citations empruntées à Patanjali. Les lecteurs non avertis pourront cependant, eux aussi, acquérir quelques notions sur la Science des sciences ; certains se laisseront peut-être tenter par son étude.

ANNIE BESANT.

Introduction à la Yoga

CONFÉRENCE I

LA NATURE DE LA YOGA

Nous nous appliquerons dans cette première conférence à examiner dans son ensemble le sujet de la Yoga, à déterminer sa place dans l'ordre naturel, ses caractères propres et son but dans l'évolution humaine.

Qu'est-ce que l'univers ?

Envisageons tout d'abord le monde qui nous entoure. Que signifie son histoire ? Que nous dit l'histoire en général, quand nous l'étudions ? Elle nous apparaît comme un panorama dans lequel se meuvent les peuples et les événements, mais en réalité ce ne sont là que des ombres qui dansent. Les

nations, rois et hommes d'état, ministres et armées, sont des ombres et non des réalités. Quant aux événements, batailles et révolutions, grandeur et décadence des états, ce sont là des ombres plus irréelles encore. Si l'historien approfondit ses recherches, s'il s'occupe des conditions économiques, des organisations sociales, des tendances et des courants intellectuels, il est toujours au milieu d'ombres sans consistance, projetées par des réalités invisibles. Le monde est rempli de formes illusoires. Les valeurs qui s'y attachent sont fausses. Les proportions sont déformées. Les objets que les gens du monde regardent comme précieux sont rejetés, comme sans valeur, par les hommes spirituels. Les diamants d'ici-bas que font étinceler de mille feux les rayons du soleil extérieur, ne sont pour l'homme qui sait, que des éclats de verre. La couronne d'un roi, le sceptre d'un empereur, le triomphe de la puissance terrestre ne sont absolument rien pour l'homme qui a entrevu la majesté du Soi. N'existe-t-il donc rien de réel, rien de vraiment précieux ? A cette question nous répondrons tout autrement que ne le feraient la plupart des hommes.

« L'univers n'existe que pour le Soi. »

Si le Grand Architecte conçoit le plan de Ses mondes et les appelle à l'existence, Il n'est déterminé ni par ce que le monde extérieur peut donner, ni par l'acquisition d'objets désirables, ni même par la

beauté ou par le plaisir. Il a prodigué dans Ses mondes les objets beaux et agréables. Au-dessus de nos têtes l'immense voûte céleste, puis les montagnes aux pics neigeux, les vallées verdoyantes, toutes parfumées de fleurs ; l'océan insondable, tantôt paisible comme un lac, tantôt soulevant ses flots en furie — tout cela existe, non pas pour les objets eux-mêmes, mais pour la valeur qu'ils présentent au Soi ; non pour ce que les objets peuvent être en eux-mêmes, mais afin de se prêter aux intentions du Soi et de rendre possibles Ses manifestations.

Le monde, avec tous ses charmes, son bonheur et sa souffrance, ses joies et ses peines, a été conçu avec une souveraine sagesse, afin d'amener les pouvoirs du Soi à se manifester. Du brouillard de feu au LOGOS tout existe pour le Soi. L'imperceptible grain de poussière, le plus puissant Déva dans les régions célestes, la plante alpine qui croît dans un coin ignoré, l'étoile qui brille sur nos têtes — tout cela existe afin que les fragments du Soi unique, revêtus de formes innombrables, puissent, en réalisant leur propre identité, manifester les pouvoirs du Soi à travers leurs enveloppes matérielles.

Un Soi unique réside dans l'humble poussière comme dans le Déva le plus exalté. « Mamamsha », « Ma portion », « une partie de Moi-même », comme l'appelle Shri Krishna, voilà ce que sont tous ces Jivatmas, tous ces Esprits Vivants. Pour eux l'uni-

vers existe ; pour eux le soleil brille, les flots bondissent, les vents soufflent, la pluie tombe; afin que le Soi puisse comprendre qu'Il S'est manifesté dans la matière, enrobé dans l'univers.

Le développement de la conscience.

La Théosophie, si prodigue en aperçus lumineux et profonds, nous apprend que la même gamme, que la même série d'événements se répète sans cesse, dans des cycles plus vastes ou plus réduits. Si vous comprenez un cycle donné, vous les comprenez tous. La constitution d'un système solaire et celle du système humain sont soumises aux mêmes lois. Les lois en vertu desquelles le Soi développe Ses pouvoirs dans l'univers, du brouillard de feu au Logos, se répètent identiques dans l'univers humain. Si vous les comprenez dans l'un, vous pourrez également les comprendre dans l'autre. Saisissez-les dans le petit cycle, le grand se révèlera. Saisissez-les dans le grand, le petit deviendra intelligible.

La grande évolution qui va de la pierre à Dieu se poursuit pendant des milliers d'années, pendant des périodes éoniennes. Mais, dans les limites de l'humanité, ce long processus s'accomplit en un cycle plus court, si court qu'il n'existe pour ainsi dire

pas, en comparaison avec le grand cycle. Dans un cycle plus réduit encore, une évolution semblable s'accomplit dans l'individu, qui se développe rapidement sous l'impulsion de toutes les forces accumulées dans le passé. Ces énergies qui se manifestent et se dévoilent au cours de l'évolution sont cumulatives dans leur action. Enrobées dans la pierre, dans le monde minéral, elles grandissent, elles s'affirment et accomplissent leur évolution dans le monde minéral. Devenues trop fortes pour le minéral, elles passent au règne végétal. Là leur divinité se manifeste de plus en plus, jusqu'au moment où, devenues trop puissantes pour le végétal, elles deviennent l'animal.

Leur expansion intérieure se poursuit ; elles s'assimilent les expériences de l'animal. Mais elles débordent les limites de l'animal et prennent le caractère humain. Dans l'être humain elles ne cessent de grandir, s'accumulent avec une force toujours croissante, exercent sur les barrières qui les enserrent une pression toujours plus vigoureuse. Enfin, quittant le règne humain, elles gagnent le niveau surhumain. Ce dernier processus évolutif se nomme Yoga.

Comment grandit l'individu ? L'homme actuellement en vie sur notre propre globe a derrière lui sa longue évolution sur d'autres chaînes que la nôtre, évolution dont je viens de parler et qui l'a fait passer du minéral au végétal, du végétal à l'animal, de

l'animal à l'homme, puis du globe lunaire, notre dernière demeure, au globe que nous appelons la Terre. Ici, notre évolution a derrière elle toute la force de la période évolutive accomplie. Aussi, quand s'ouvre le cycle évolutif le plus restreint, appelé Yoga, l'homme est-il poussé par toutes les énergies accumulées dans l'évolution humaine, et c'est grâce à elles qu'il parcourt ce nouveau cycle aussi rapidement. Si nous ne rattachons pas notre Yoga à l'évolution de la conscience dans son ensemble, elle restera inintelligible, car les lois de l'évolution de la conscience dans un univers sont identiques à celles de la Yoga, et les principes gouvernant le développement de la conscience dans la grande évolution humaine sont les mêmes principes observés en Yoga et méthodiquement appliqués au rapide épanouissement de notre propre concience. La Yoga, lorque l'homme s'y applique pour la première fois, n'est donc pas, comme beaucoup de personnes se l'imaginent, un processus nouveau.

D'un bout à l'autre l'évolution est une, les périodes successives sont les mêmes, les séquences identiques. Qu'il s'agisse du développement de la conscience dans l'univers, dans la race humaine ou dans l'individu, les lois à étudier sont les lois générales. La Yoga enseigne l'application rationnelle et systématique de ces mêmes lois à notre propre conscience. Toutes les lois sont une, malgré les diffé-

rences marquant les stages de leur manifestation.

Envisagez la Yoga de cette façon, et cette même Yoga qui vous semblait si étrange et si lointaine, prendra pour vous un aspect familier, se présentera sous des dehors reconnaissables. En étudiant le développement de la conscience et l'évolution correspondante de la forme, vous vous étonnerez moins de passer du règne humain au règne surhumain, de franchir les limites de l'humanité et de vous trouver dans une région où la divinité se manifeste plus librement.

L'unité du Soi.

Le Soi dans l'individu et le Soi dans l'univers ne font qu'un. Quelles que soient les énergies qui se manifestent dans la totalité du monde, ces énergies existent en vous à l'état germinal et latent. Quant au Soi Suprême, il n'évolue point ; en Lui rien à ajouter, rien à soustraire. Les Jivâtmâs font partie de Lui, Sa nature est la leur et ils ne manifestent leurs pouvoirs dans la matière que si les conditions ambiantes appellent ces pouvoirs à l'activité. Si l'unité du Soi parmi les diversités du Non-Soi acquiert pour vous quelque réalité, la Yoga ne vous semblera plus un but inaccessible.

Comment s'accélère le développement du Soi.

Déjà vous êtes des hommes et des femmes instruits et réfléchis. Vous avez su vous élever jusqu'au

sommet de cette longue échelle qui va de la poussière, première des formes revêtues par la Divinité, à la forme extérieure qui, en votre personne, Lui sert aujourd'hui de temple. La Divinité manifestée dort dans le minéral et dans la pierre ; elle S'affirme de plus en plus dans les végétaux et dans les animaux ; enfin, dans l'homme, semble pour les ignorants avoir atteint Son apogée. Vous arrêterez-vous là ? N'accomplirez-vous pas davantage ? Après avoir jusqu'à ce point développé votre conscience, vous paraît-il donc impossible qu'elle atteigne un jour la Divinité ?

Assimilez cette vérité : que les lois de l'évolution de la forme et celles du développement de la conscience sont identiques dans l'univers comme dans l'homme et que, grâce à ces lois, le yogui appelle à l'activité ses facultés latentes ; vous pourrez alors comprendre qu'il est inutile de vivre dans la montagne ou dans le désert, inutile de vous cacher dans une caverne ou dans une forêt, pour obtenir l'union avec le Soi ; car Il est en vous, comme Il est autour de vous. Dans certains cas et pour obtenir certains résultats, l'isolement peut être avantageux. Il peut être bon, de temps à autre, de quitter momentanément les centres habités et leur agitation. Néanmoins c'est dans l'univers extérieur, tel qu'Ishvara l'a voulu pour appeler à l'activité le pouvoir du Soi, c'est *là* que se trouve pour le yogui la meilleure

carrière, où tout a été préparé par la sagesse et la prévoyance divines. Le monde est destiné au développement du Soi. Pourquoi le fuir ? Quel exemple nous donne Shri Krishna Lui-même dans le *Bhagavad-Gita*, ce grand Upanishad des yoguis ? Il parle sur un champ de bataille et non sur le sommet d'une montagne. Il S'adresse non pas à un Brahmane retiré du monde, mais bien à un Kshattrya prêt au combat. Le Kurukshetra de ce monde, voilà où doit se pratiquer la Yoga. Les personnes incapables de supporter le monde n'ont pas la force nécessaire pour affronter les exigences de la Yoga. Si le monde extérieur vous enlève vos moyens d'action, comment vous attendre à pouvoir affronter les difficultés de la vie intérieure ? Si vous n'arrivez pas à dominer les petits soucis de ce monde, comment espérer franchir les obstacles qui barrent la route du yogui ? Non, c'est une erreur de croire que la victoire s'obtient en fuyant le monde et que la paix ne se trouve que dans certains séjours déterminés.

En réalité vous avez, sans vous en douter, pratiqué la Yoga dans le passé, avant même que la conscience du Soi séparé n'eût commencé à poindre, avant qu'elle n'eût établi une distinction bien nette, tout au moins au point de vue temporaire, entre elle-même et son entourage. Premier principe à bien retenir : la Yoga n'est qu'une manière d'accélérer le développement normal de la conscience.

Ainsi, nous pouvons définir la Yoga comme « l'application rationnelle des lois gouvernant le développement de la conscience dans un cas individuel. » Voilà ce qu'il faut entendre par les méthodes de Yoga. Vous étudiez les lois du développement de la conscience dans l'univers, puis vous les appliquez à un cas particulier, c'est-à-dire à vous-mêmes. Impossible de les appliquer à autrui. Il faut que vous les appliquiez personnellement. Tel est le principe essentiel à bien saisir. Notre définition, pour être complète, devra donc se formuler ainsi : « La Yoga est l'application rationnelle et personnelle, dans un cas particulier, des lois gouvernant le développement de la conscience. »

La Yoga est une science.

Second point à bien saisir : la Yoga est une science; tout vague dans la pensée, tout égarement de l'imagination lui sont étrangers. C'est une science appliquée, un ensemble de lois coordonnées mises en jeu pour obtenir un résultat précis. La Yoga emploie les lois de la psychologie servant à développer la totalité de la conscience humaine sur tous les plans et applique rationnellement ces lois dans un cas particulier. Et cette application rationnelle agit absolument suivant les mêmes principes que vous voyez

appliqués tous les jours autour de vous, dans les autres branches de la science. Vous savez, en regardant le monde qui vous entoure, quelle prodigieuse accélération peut être imprimée à certains processus « naturels » par l'intelligence humaine associée à la nature. Nous distinguons, non sans raison, entre la croissance « rationnelle » et la croissance « naturelle », car l'intelligence humaine peut diriger la marche des lois naturelles. Quand nous nous occupons de Yoga, nous faisons de la science appliquée, tout comme le fermier ou l'horticulteur éclairé faisant servir à l'élevage ou à la culture les lois naturelles de la sélection. Ils ne peuvent ignorer ces lois ou les contrecarrer. Les seules lois naturelles dont ils puissent disposer sont les lois universelles permettant à la nature de faire évoluer les formes qui nous entourent, et pourtant ils obtiennent en quelques années ce que la nature, à elle seule, mettrait peut-être des centaines de milliers d'années à accomplir. Et comment ? Par l'application de l'intelligence humaine au choix des lois qui leur sont utiles et à la neutralisation de celles qui leur sont défavorables. L'intelligence divine dans l'homme est ainsi amenée à employer les énergies divines dans la nature, énergies qui tendent vers des fins générales plutôt que vers des buts particuliers.

Que fait l'éleveur de pigeons ? Du biset il obtient

le pigeon boulant ou bien le pigeon paon. Il sélectionne, génération après génération, les modèles offrant de la manière la plus marquée les caractères qu'il cherche à obtenir. Il accouple ces oiseaux, ne néglige aucune circonstance favorable et poursuit le sélectionnement jusqu'à ce que la particularité qu'il veut fixer s'affirme nettement. Sans l'intelligence directrice, les oiseaux livrés à eux-mêmes reviendraient au type ancestral.

Que fait l'horticulteur ? Par ses soins l'églantier de nos haies donne naissance à toutes les roses cultivées. Les roses doubles sont dues simplement à la culture scientifique de la rose sauvage à cinq pétales. En empruntant le pollen d'une plante donnée et en le plaçant sur le stigmate d'une autre, l'horticulteur fait intentionnellement ce que font tous les jours l'abeille et la mouche. Seulement il choisit les plantes présentant les qualités qu'il veut accentuer ; parmi ces plantes il sélectionne ensuite celles qui présentent ces qualités d'une façon plus marquée ; enfin il obtient une fleur si différente de l'espèce primitive, qu'il faut, pour déterminer l'origine de la variété nouvelle, connaître la marche suivie par l'obtenteur.

Pour appliquer les lois psychologiques appelées Yoga, le principe est le même. Il faut entendre par Yoga l'application méthodique au Moi individualisé, de nos connaissances relatives au développement

de la conscience. Comme je l'ai dit tout à l'heure, c'est par le monde que la conscience s'est développée, et ce monde, le Logos l'a conçu d'une manière admirablement appropriée au but à atteindre. Aussi l'aspirant yogui qui choisit ses objets et leur applique ses lois, trouve-t-il dans le monde exactement ce dont il a besoin pour pratiquer la Yoga d'une manière réelle, vitale et faire des progrès rapides dans la connaissance du Soi. Les lois sont nombreuses ; vous êtes libres de choisir celles dont vous avez besoin, d'éviter celles qui vous sont inutiles, d'utiliser celles qui vous conviennent et d'obtenir ainsi un résultat que la nature ne pourrait, sans l'aide de l'intelligence humaine, déterminer aussi rapidement.

Ainsi la Yoga est à votre portée ; elle est dans vos moyens. Certaines de ses pratiques les plus élémentaires, certaines applications très simples du développement de la conscience en vous-mêmes, vous seront utiles tant dans ce monde que dans tous les autres. Car, en somme, vous hâtez simplement votre croissance, votre développement, en profitant des pouvoirs mis à votre portée par la nature et en éliminant systématiquement les conditions qui, non seulement ne seraient pas vos alliées, mais encore seraient pour vous des obstacles. Si vous envisagez ainsi la Yoga, elle prendra pour vous un caractère beaucoup plus réel, plus pratique, que si vous vous

bornez à lire sur cette question quelques passages de livres sanscrits souvent mal traduits en anglais et la conviction naîtra en vous que, pour devenir un yogui, point n'est besoin d'attendre une vie future, ni une incarnation lointaine.

L'homme est une dualité.

Il est nécessaire de connaître certains termes employés en Yoga. Cette science, en effet, vise un but spécial ; elle étudie l'homme à un point de vue particulier. Aussi ne s'occupe-t-elle que de l'intelligence et du corps. Tout d'abord l'homme est une Unité de conscience. Il faut bien retenir ce fait. Dans chaque série d'enveloppes il n'y a qu'un seul homme ; le théosophe est donc souvent obligé de modifier ses idées habituelles lorsqu'il aborde l'étude pratique. La Théosophie, et cette distinction est utile et juste pour qui veut comprendre la constitution humaine, la Théosophie distingue dans l'homme des éléments très divers. Nous parlons du physique, de l'astral, du mental, etc. ; ou bien du *Sthula Sharira*, du *Sukshma Sharira*, du *Karana Sharira*, et ainsi de suite. Parfois nous distinguons dans l'homme l'*Annomayakosha*, le *Pranamayakosha*, le *Manomayakosha* etc. Si nous divisons l'homme en autant de parties, c'est pour l'étudier plus à fond; si bien

que nous perdons quelquefois l'homme de vue, tant il y a de fragments. C'est le procédé employé pour l'étude de l'anatomie et de la physiologie humaines.

Mais la Yoga est pratique et psychologique. Je ne critique pas pour cela les différentes subdivisions des autres systèmes ; elles leur sont nécessaires. Mais la Yoga, au point de vue pratique, voit simplement dans l'homme une dualité, l'intelligence et le corps, une unité de conscience dans une série d'enveloppes. Il ne s'agit pas ici de la dualité du Soi et du Non-Soi. En Yoga le « Soi » signifie la conscience, plus toute matière qu'il ne peut reconnaître comme étrangère à lui-même. Le « Non-Soi » est simplement la matière qu'il peut laisser de côté.

L'homme n'est pas un Soi pur, une conscience pure, *Samvit* : c'est là une abstraction. Dans l'univers concret, toujours nous trouvons le Soi et Ses enveloppes, quelle que soit leur ténuité. Une unité de conscience est donc inséparable de la matière et le *Jivatma* ou Monade est invariablement une alliance de conscience et de matière.

Pour bien mettre ce fait en évidence, la Yoga distingue dans l'homme deux principes distincts, *Prâna* et *Pradhâna*, le souffle vital et la matière. Prâna n'est pas seulement le souffle vital du corps, mais encore la totalité des forces vitales du cosmos ; en d'autres termes, c'est le côté vie de l'univers.

« Je suis Prâna », dit Indra ; *Prâna* signifiant ici l'ensemble des forces vitales considérées en Yoga comme la conscience, comme le mental. *Pradhâna* est synonyme de matière. Le corps, ou l'opposé du mental, c'est dans les exercices du Yogui toute la matière du monde extérieur appropriée par lui-même, dont il parvient à se détacher, qu'il arrive à reconnaître comme distincte de sa propre conscience.

Cette division est très importante et très utile si vous parvenez à bien comprendre la pensée qui lui sert de base. Si vous envisagez le processus dans son ensemble, il va sans dire que pour vous *Prâna*, la grande Vie, le grand Soi, est toujours présent en chacun, et les enveloppes, corps ou coques, présents aux différents stages, prennent des formes variables. Mais, en se plaçant au point de vue de la Yoga pratique, on entend par le *Prâna* ou le Soi tout élément avec lequel l'homme s'identifie encore, toute enveloppe matérielle dont sa conscience est incapable de se séparer. Cette unité là est pour le yogui le Soi ; elle représente donc une quantité variable. Le yogui rejette ses enveloppes l'une après l'autre, en disant chaque fois : « Je ne suis pas ceci ». Il se rapproche ainsi constamment de son objectif suprême ; je veux dire la conscience revêtue d'une pellicule unique, la conscience dans un atome matériel unique, une Monade. Au point de

vue de la Yoga pratique, l'homme qui agit, l'homme conscient, est tout ce qu'il ne peut disjoindre de la matière qui l'enveloppe ou avec laquelle il est en rapport. Le nom de corps ne se donne qu'aux éléments qu'il peut mettre de côté, en disant : « Je ne suis pas ceci, mais ceci m'appartient ». Nous rencontrons en Yoga toute une série de termes qui peuvent se répéter. « Toutes les mentalités », dit Vyasa, « existent sur chaque plan », et cette manière d'envisager l'homme permet, comme nous le verrons tout à l'heure, d'employer les mêmes expressions significatives dans un sens de plus en plus subtil. Toutes deviennent relatives et sont également vraies à chaque stage évolutif.

Jusqu'ici, pour beaucoup d'entre nous, le corps physique est évidemment la seule enveloppe dont nous puissions dire : « Ce n'est pas moi. » Aussi, en abordant la Yoga pratique, tous les mots employés par vous pour décrire les états de conscience, les états du mental, s'appliqueront-ils à la conscience corporelle à l'état de veille. Ce sera pour vous le point de départ. Vous élevant ensuite de degré en degré, tous les termes employés par vous prendront une valeur relative, impliquant un état mental distinct et reconnaissable vis-à-vis du degré le plus bas. Si vous désirez savoir comment vous appliquer au début les différents termes employés pour décrire les états du mental, il faut soigneu-

sement analyser votre propre conscience afin de reconnaître en elle, d'une part ce qui mérite vraiment ce nom, d'autre part tous les éléments matériels qui vous tiennent de si près que vous ne pouvez les séparer de votre moi.

États du mental.

Examinons cette question en détail. Nous parlons en général de quatre états de conscience : la veille, ou *Jagrat*, le rêve, ou *Svapna*, le sommeil profond, ou *Sushupti*, enfin l'état de conscience immédiatement supérieur appelé *Turiya* (1).

Jagrat est la conscience ordinaire, la conscience de l'état de veille ; c'est la mienne en ce moment. Si notre conscience, active dans le corps subtil ou astral, est capable d'imprimer ses expériences sur le cerveau, elle se nomme *Svapna* ou, en anglais, la conscience de l'état de rêve ; elle est plus nette et plus réelle que l'état de *Jagrat*. Si, active dans une enveloppe plus subtile, votre conscience ne peut imprimer ses expériences sur le cerveau, elle prend

(1) Il est impossible de ne pas employer ces termes techniques, même dans une simple introduction à l'étude de la Yoga, vu l'absence en anglais d'équivalents exacts. D'ailleurs ils ne sont pas plus difficiles à apprendre que d'autres termes techniques employés en psychologie.

le nom de *Sushupti*, ou conscience du sommeil profond.

Dans cette condition le mental s'occupe de ce qu'il renferme en soi et non des objets extérieurs. Mais si votre conscience s'est détachée du cerveau au point de ne plus être facilement rappelée par des moyens extérieurs, elle prend le nom de *Turya* : c'est un état de transe supérieur. Ces quatre états représentent, dans leur corrélation avec les quatre plans, une conscience très évoluée. *Jagrat* correspond au plan physique, *Svapna* au plan astral, *Sushupti* au plan mental, enfin *Turya* au plan buddhique.

Quel que soit le monde dont nous parlions, il faut employer ces termes pour désigner la conscience agissant dans les limites de ce monde. Seulement, dans les ouvrages traitant de la Yoga, nous trouvons ces mêmes impressions employées avec un contexte différent et c'est là que commencent nos difficultés si nous n'avons pas appris leur nature relative. C'est ainsi que *Svapna* n'est pas le même pour tous et que *Sushupti* n'est pas identique pour chacun.

C'est surtout le mot *Samadhi*, dont le lecteur trouvera plus loin la définition, qui est employé de diverses manières et dans des sens différents. Comment donc nous retrouver dans cette apparente confusion ? En sachant quel est l'état pris pour point de départ. Dès lors la séquence restera toujours la même. Vous connaissez tous la conscience de l'état

de veille, dans le corps physique. Analysez-la et vous trouverez, même ici, quatre états distincts. Or sur chaque plan les états du mental présenteront une séquence semblable.

Comment donc les distinguer ?

Prenons la conscience de l'état de veille et tâchons de reconnaître les quatre états qu'elle comporte.

Supposons que je prenne un livre et que je me mette à lire. Je lis les mots ; mes yeux correspondent à la conscience extérieure physique ; c'est l'état *Jagrat*. Si je cherche, au delà des mots, leur sens propre, j'ai passé de l'état de veille du plan physique à l'état *Svapna* de la conscience de l'état de veille, qui, perçant la forme extérieure, cherche la vie intérieure. Je passe ensuite au mental de l'auteur ; ici le mental est en contact avec le mental ; c'est la conscience de veille dans son état *Sushupti*. Si enfin je fais cesser ce contact pour pénétrer le mental même de l'auteur et pour y vivre, j'atteins l'état *Turya* de la conscience de veille.

Prenons un autre exemple. Si je regarde ma montre, je suis en *Jagrat*. Si, fermant les yeux, je forme une image de la montre, je suis en *Svapna*. Si, évoquant les images nombreuses de beaucoup de montres, j'arrive à la montre idéale, je suis en *Sushupti*. Si enfin je passe à la notion abstraite du temps, je suis en *Turya*. Mais tous ces stages sont compris dans la conscience du plan physique. Je n'ai

pas quitté mon corps. C'est ainsi que les états du mental, cessant d'être des mots vides de sens, peuvent devenir intelligibles et réels.

Samadhi.

D'autres mots, qui se rencontrent de temps en temps dans les *Yoga Sutras*, demandent à être bien compris, bien qu'il n'existe pas en anglais de termes équivalents. Comme nous sommes obligés de les employer pour éviter de lourdes périphrases, il est nécessaire de les expliquer.

« La Yoga », est-il dit, « c'est le Samadhi ».

Samadhi est un état dans lequel la conscience est si bien séparée du corps, que celui-ci reste inanimé. C'est un état de transe, dans lequel notre mental est pleinement conscient, malgré l'insensibilité du corps, et d'où le mental revient au corps, rapportant les expériences réalisées dans l'état hyperphysique et en conservant le souvenir lorsqu'il s'immerge de nouveau dans le cerveau physique. *Samadhi*, pour une personne donnée, est relatif à sa conscience de veille mais implique l'insensibilité du corps.

Une personne ordinaire, se mettant en état de transe, est-elle active sur le plan astral, son *Samadhi* est sur l'astral. Sa conscience fonctionne-t-elle sur le plan mental, c'est là qu'est son *Samadhi*. L'homme

capable de quitter son corps au point de le laisser inaminé sans que son mental cesse d'être pleinement conscient, peut pratiquer le *Samadhi*.

Les mots « La Yoga, c'est le Samadhi » couvrent des faits extrêmement importants et des plus instructifs. Supposons que vous ne puissiez atteindre le monde astral que pendant votre sommeil, votre conscience s'y trouve comme nous l'avons vu, dans l'état *Svapna*. Mais au fur et à mesure que vos pouvoirs se développent, les formes astrales commencent à empiéter sur votre conscience de veille physique et deviennent ainsi des objets appartenant à votre conscience de veille. Dès lors, pour vous, le monde astral n'appartient plus à la conscience *Svapna*, mais bien à la conscience *Jagrat*. Vous avez incorporé deux mondes dans votre conscience *Jagrat*, les mondes physique et astral, le monde mental restant dans votre conscience *Svapna*. Votre « corps » est maintenant constitué par vos corps physique et astral. Plus tard, le plan mental commence à son tour à s'imposer à vous : le physique, l'astral et le mental font tous trois partie de votre conscience de veille ; tous trois, par conséquent, constituent votre monde *Jagrat*. Ces trois mondes ne sont plus pour vous qu'un monde unique et les corps qui leur correspondent qu'un seul corps qui perçoit et agit. Ce qui, pour l'homme ordinaire, constitue trois corps devient pour le yogui un corps

unique. Si, dans ces conditions, vous ne désirez voir qu'un monde à la fois, il faut fixer votre attention sur ce monde et mettre votre rayon visuel « au point ». Vous pouvez, dans cet état de veille plus développé, concentrer votre attention sur le monde physique et le regarder ; alors l'astral et le mental paraîtront vagues. Vous pouvez de même fixer votre attention sur l'astral et le regarder ; dans ce cas le physique et le mental n'étant pas dans votre foyer visuel resteront imprécis. Vous le comprendrez facilement en vous rappelant que, si je puis ici-même fixer mon regard sur le centre de cette salle, les piliers latéraux me paraîtront indistincts. Je puis concentrer mon attention sur un des piliers et le voir nettement, mais alors je n'aperçois plus mon auditoire que vaguement. C'est le foyer visuel qui change, ce n'est pas le corps. Rappelez-vous que tout ce dont vous ne parvenez pas à vous séparer constitue le corps du yogui. Par conséquent, à mesure que vous vous élevez, les corps inférieurs ne forment plus qu'un seul corps. La conscience, localisée dans l'enveloppe matérielle dont elle ne peut se détacher, voilà ce qui devient l'homme.

« La Yoga, c'est le Samadhi ». C'est le pouvoir de vous isoler de tout ce que vous avez jusqu'ici appelé le corps et de vous concentrer au-dedans. Voilà ce qu'il faut entendre par le mot *Samadhi*. Aucun moyen ordinaire ne peut dans ce cas vous

faire revenir dans le monde que vous avez quitté (1). Ceci vous explique également le passage de *la Doctrine Secrète* où il est dit que l'Adepte « commence son *Samadhi* sur le plan âtmique ». Lorsqu'un *Jivanmukta* entre en *Samadhi*, Il le commence sur le plan âtmique. Tous les plans inférieurs au plan âtmique sont pour Lui comme un seul plan. Il commence sur le plan âtmique, puis s'éléve de degré en degré jusqu'aux plans cosmiques supérieurs. Le mot de *Samadhi* sert encore à désigner l'état de la conscience, soit qu'elle passe du plan physique au plan astral, comme dans la transe déterminée volontairement, soit que, déjà centrée dans le cinquième plan ou plan âtmique, elle s'élève, comme c'est le cas pour un *Jivanmukta*, aux plans supérieurs d'un monde plus vaste.

La Littérature de la Yoga.

Il est regrettable pour les personnes ne sachant pas le sanscrit, que si peu de traités de Yoga aient été traduits en anglais. Les grands principes de la Yoga se trouvent bien dans les Upanishads et dans

(1) Un yogui indien, en état de *Samadhi*, découvert dans une forêt par des anglais ignorants et brutaux, fut soumis par eux à des violences telles qu'il revint à son corps torturé, mais pour le quitter de nouveau par la mort.

la *Bhagavad Gita* dont les nombreuses traductions sont à votre portée, mais ces textes envisagent la question d'une façon générale et non spéciale; ils donnent les grandes lignes mais point de méthodes détaillées. Si même, dans la *Bhagavad Gita*, il est dit de faire des sacrifices, de devenir indifférent et ainsi de suite, ce n'est là qu'un précepte moral, absolument nécessaire mais qui ne vous enseigne pas la manière d'atteindre le but indiqué.

La littérature spéciale de la Yoga comprend, tout d'abord, un grand nombre des Upanishads mineurs, « les cent-huit », comme on les appelle. Quelques-uns seulement ont été traduits (1).

Puis vient l'énorme masse de textes appelés les Tantras. Ce titre sonne mal aux oreilles du lecteur anglais ordinaire, mais c'est peut-être à tort. Les Tantras sont utiles ; leur valeur est grande et ils sont instructifs. Leurs pages renferment toute la science occulte ; seulement il en existe trois catégories traitant respectivement de magie blanche, de magie noire et de ce que l'on pourrait appeler magie grise, mélange des deux premières. Or par le mot

(1) Le Dr Otto Schräder, directeur de la bibliothèque d'Adyar, y consacre ses efforts. Il a entrepris la tâche laborieuse d'établir un texte critique, suivi d'une traduction complète, copieusement annotée. Un immense service aura été rendu à toutes les personnes qui s'intéressent à la littérature sanscrite, quand ce travail sera terminé.

« magie » il faut entendre les méthodes à suivre pour déterminer volontairement des états physiques supranormaux.

Une extrême tension nerveuse amenée par l'inquiétude ou par la maladie peut causer l'hystérie ordinaire, avec ses émotions un peu ridicules. La même tension amenée par la volonté détermine la sensibilité aux vibrations hyperphysiques. S'endormir ne signifie rien, mais c'est une faculté inappréciable que d'entrer en *Samadhi*. Les deux processus sont à peu près identiques, mais l'un est dû à des conditions ordinaires et l'autre à l'action de la volonté entraînée. Le yogui est l'homme qui, ayant appris le pouvoir de la volonté, sait l'employer pour obtenir des résultats prévus et voulus. Cette connaissance a toujours été appelée magie ; c'est le nom de la « Grande Science » d'autrefois, l'unique, la seule nommée « Grande » par l'antiquité. Les Tantras la contiennent tout entière. Le côté occulte dans l'homme et dans la nature, le moyen de faire des découvertes, les principes qui permettent à l'homme de se créer de nouveau, tout cela se trouve dans les Tantras. Ils présentent un écueil : les étudier sans instructeur est très dangereux et il arrive constamment que des personnes, en essayant de pratiquer sans guide les méthodes tantriques, se rendent gravement malades. Une mauvaise réputation s'attache donc aux Tantras, aussi bien en

Occident qu'aux Indes. Une partie des ouvrages « occultes » qui paraissent en Amérique sont des passages traduits, empruntés aux Tantras. Les livres tantriques ont un inconvénient : c'est qu'ils donnent le nom d'un organe du corps humain pour désigner un centre astral ou mental. Ce n'est pas sans raison, car les centres de chaque corps sont en communication directe. Seulement, aucun instructeur sérieux ne ferait agir son élève sur ses organes physiques avant d'être devenu plus ou moins maître des centres supérieurs et d'avoir soigneusement purifié le corps physique. La connaissance des uns aide à comprendre les autres et l'instructeur qui a lui-même suivi la progression est à même d'indiquer à son élève la bonne voie. Mais si vous vous attachez aux termes, qui sont tous physiques, sans savoir à quoi ils s'appliquent, vous ferez fausse route et pourrez vous rendre malades. Il est dit par exemple dans une des sutras qu'en méditant sur une certaine partie de la langue on peut développer la vue astrale. Cela signifie qu'en méditant sur le corps pituitaire situé exactement au dessus de cette partie de la langue, on obtiendra la vue astrale. Le nom particulier employé pour désigner un centre correspond à une région du corps physique et il est souvent appliqué à l'organe physique, quand l'auteur entend parler de l'autre. C'est ce que l'on appelle « un voile » ; il a pour but d'empêcher le lecteur de

se livrer à des pratiques dangereuses. On peut passer sa vie à méditer sur cette partie de la langue sans qu'il en résulte rien ; mais si l'on fixe la pensée sur le centre correspondant, des conséquences marquées et pernicieuses sont à craindre,

« Méditez sur l'ombilic » est-il dit encore. Il s'agit ici du plexus solaire, car il existe entre ces deux points des rapports étroits. Seulement, on s'expose, en méditant sur l'ombilic, à un trouble grave du système nerveux, trouble dont la guérison est presque impossible. Ces pratiques mal comprises font aux Indes de nombreuses victimes. Impossible de le savoir sans reconnaître qu'il est imprudent de s'y livrer sans un guide qui vous en explique le sens et vous dise ce que vous pouvez faire sans danger et ce qu'il faut éviter.

La littérature de la Yoga comprend une autre partie : c'est un petit traité intitulé *les Sutras de Patanjali.* Chacun peut l'acquérir, mais je crains que peu de lecteurs puissent sans aide en tirer grand profit. D'abord il existe, pour élucider les Sutras qui sont en somme de simples titres, une foule de commentaires en sanscrit, commentaires qui ne sont que partiellement traduits et, de plus, présentent eux-mêmes cette particularité qu'ils se bornent à répéter tous les termes les plus difficiles sans les expliquer. L'étudiant ne trouve donc pas dans leurs pages un secours bien efficace.

Quelques définitions.

Le retour continuel de certaines expressions, peu nombreuses du reste, nécessite quelques brèves définitions ; elles nous permettront d'éviter les malentendus. Ces mots sont : le développement, l'évolution, la spiritualité, le psychisme, la Yoga, le mysticisme.

« Développement » s'applique toujours à la conscience ; « évolution » aux formes. L'évolution, suivant Herbert Spencer, est le processus suivant lequel l'homogène devient l'hétérogène, le simple devient complexe. Mais pour l'Esprit, pour la conscience, il n'y a ni croissance ni progrès. L'Esprit est toujours présent dans toute sa plénitude et tout ce qu'il peut faire c'est de se tourner vers l'extérieur, au lieu de rester concentré sur lui-même. Le Dieu en vous ne peut évoluer, mais il peut manifester Ses pouvoirs par l'intermédiaire de la matière qu'Il s'est appropriée et qui évolue pour Le servir. Lui-même ne manifeste que ce qu'Il est. Ici maint passage des grands mystiques vous viendra peut-être à l'esprit. « Deviens » dit saint Ambroise, « ce que tu es. » — Phrase paradoxale mais qui résume une grande

vérité. « Deviens », signifie-t-elle, « en manifestation extérieure ce que tu es au fond de toi-même. » C'est là précisément l'objet de la Yoga tout entière.

La « spiritualité » est la réalisation de l'Un.

Le « psychisme » est la manifestation de l'intelligence dans un véhicule matériel quelconque (1).

La « Yoga » est la recherche de l'union par l'intellect ; c'est une science.

Le « mysticisme » cherche à atteindre le même but par l'émotion (2).

Voyez le mystique. Il fixe son attention sur l'objet de son culte, perd conscience de soi-même et, dans un transport d'amour et d'adoration, abandonne toute idée externe ; il s'abîme dans l'objet de son amour et se laisse emporter vers Dieu comme par un torrent d'émotion. Il ignore comment il a pu atteindre ce point d'exaltation ; il n'est conscient que de Dieu et de son amour pour Lui. Tel est le ravissement du mystique, le triomphe du saint.

Tout autre est la méthode du yogui. Il s'avance pas à pas, pleinement conscient de ce qu'il fait. La

(1) V. *Conférences de Londres*. 1907. « Spiritualité et psychisme ».

(2) Le mot « yoga » peut, bien entendu, s'appliquer à toute manière de s'unir au Soi, quel que soit le chemin suivi. Le terme est employé ici dans son sens le plus étroit, comme se rattachant plus spécialement à l'intelligence, comme étant une science. C'est l'opinion de Patanjali.

science le guide et non pas l'émotion. C'est pourquoi les personnes qui n'aiment pas la science, en trouvant l'étude aride et sans intérêt, ne développent pas encore en elles le côté de leur nature qui trouverait dans la pratique de la Yoga l'aide la plus efficace. Le yogui peut se servir de la dévotion comme d'un moyen. Patanjali le dit très nettement. Parmi les nombreux moyens de suivre la Yoga indiqués par cet auteur on est surpris de trouver « la dévotion pour Ishvara ». Ici s'affirme l'esprit du penseur scientifique. La dévotion pour Ishvara n'est pas en elle-même un but, mais le moyen d'atteindre un but qui est la concentration mentale. Vous remarquez de suite la différence de tempéraments. La dévotion pour Ishvara est le sentier du mystique. Grâce à elle il parvient à la communion. Cette même dévotion, le yogui la regarde, à sa manière scientifique, comme un moyen de concentrer sa pensée. Cet exemple vous fera comprendre mieux que de longues explications la différence de caractère entre le mysticisme et la Yoga. Le premier voit dans la dévotion pour Ishvara une manière d'atteindre le Bien-Aimé ; la seconde s'en sert pour arriver à la concentration. Pour le mystique, l'Objet qui l'attire est Dieu en Lui-même ; il s'approche de Dieu, comme d'une source de béatitude ; il aspire à s'unir consciemment à Lui. Pour le yogui, fixer l'attention sur Dieu n'est qu'un moyen efficace d'arriver à la concentration mentale. Pour le

second, la dévotion sert à obtenir un résultat. Pour le premier, Dieu est la fin désirée ; l'extase permet de L'atteindre sans détours.

Dieu est hors de nous et en nous.

Ceci nous amène à la relation qui existe entre Dieu hors de nous et Dieu en nous. Pour le yogui qui représente la pensée hindoue par excellence, la seule preuve véritable de l'existence de Dieu est dans le témoignage du Soi intérieur ; et cette preuve il la cherche en faisant tomber successivement toutes les limitations qui enserrent la conscience, jusqu'au jour où il atteint la conscience pure, revêtue pour tout voile d'une pellicule diaphane de matière nirvânique. Vous savez alors que Dieu est. Nous trouvons de même dans un Upanishad cette expression : « dont la seule preuve est le témoignage du Soi. » Ceci est bien différent des méthodes occidentales qui s'efforcent de démontrer Dieu par des arguments et des raisonnements. Il est au-dessus, Il est au-delà du raisonnement et, bien que la raison puisse vous servir de guide, elle ne peut démontrer que Dieu est. La seule manière de Le connaître est de plonger dans les profondeurs de votre for intérieur. Là, vous Le trouverez et vous saurez qu'Il est à la fois hors de vous et en vous. La Yoga est un système

dont la pratique vous permet d'éliminer de votre conscience tout ce qui n'est pas Dieu, sauf le voile ultime constitué par l'atome nirvânique, et ainsi de savoir, avec la certitude inébranlable de la conviction, que Dieu est. Pour l'hindou cette conviction intime mérite seule le nom de Foi. Voilà pourquoi il est dit que la foi dépasse la raison, ce qui la fait souvent confondre avec l'incrédulité. La foi dépasse la raison parce qu'elle est le témoignage rendu par le Soi à sa propre existence et qu'elle est cette conviction d'exister en Soi, dont la raison n'est qu'une des manifestations extérieures. La seule foi véritable est cette conviction intérieure du Soi le plus profond, conviction que nul argument ne peut fortifier ou affaiblir ; c'est la seule conviction absolue. Le but de la Yoga est de vous permettre d'établir avec le Soi des rapports constants, non pas à la lueur d'un éclair intuitif, mais d'une manière suivie, inébranlable, invariable. Quand le Soi est atteint, comment l'homme se demanderait-il désormais : « Y a-t-il un Dieu ? »

Modifications de la conscience et vibrations de la matière.

Il faut posséder quelques notions de ce que sont, d'une part cette conscience qui est vous-même, de

l'autre la matière qui l'enveloppe mais avec laquelle le Soi s'identifie trop souvent.

Quelles sont les caractéristiques de la conscience ? Le changement et la certitude fondamentale qu'elle est. La conscience d'exister est invariable ; au-delà tout varie, et le changement peut seul transformer la conscience en Soi-conscience. La conscience se déplace sans cesse, mais elle a pour centre de son orbite une idée immuable, celle de la Soi-existence. La conscience elle-même n'est affectée par aucun changement de position ni de lieu ; elle n'éprouve que des modifications intérieures.

Dans la matière, toute modification est amenée par un déplacement. Une modification de conscience est un changement d'état ; une modification de matière est un changement de lieu. De plus, à chacune des modifications d'une conscience correspondent des vibrations dans la matière constituant son véhicule. A l'examen, la matière présente trois qualités fondamentales :le rythme, la mobilité, la stabilité — *sattva*, *rajas*, *tamas*. *Sattva*, c'est le rythme, la vibration ; c'est plus que *rajas* ou la mobilité ; c'est un mouvement règlé, une oscillation déterminée, une longueur d'onde, une vibration.

Mais, demande-t-on souvent, comment deux principes aussi différents que la Matière et l'Esprit peuvent-ils s'affecter mutuellement ? Est-il possible de jeter un pont sur l'abîme que Tyndall déclarait in-

franchissable à jamais ? Oui. L'indien l'a franchi, ou plutôt il a montré qu'il n'y avait pas d'abîme. Pour lui la Matière et l'Esprit sont les deux phases de l'Un. De plus, soumettant à une analyse subtile les rapports entre la conscience et la matière, il reconnaît que dans tout univers le Logos impose à la matière une certaine relation de rythmes, chaque vibration de la matière correspondant à une modification de conscience. Point de modification de conscience, même la plus subtile, qui n'entraîne dans la matière une vibration particulière ; point de vibration dans la matière qui ne corresponde à une certaine modification de conscience. C'est le premier grand acte du LOGOS, que les Ecritures Hindoues reconnaissent dans la constitution de l'atome, dans le *Tanmatra*, « la mesure de cela », la mesure de la conscience. Celui qui est la conscience même impose à la matière dans laquelle Il travaille la faculté de répondre à toute modification de conscience, c'est-à-dire des possibilités vibratoires infinies. Il existe donc entre le Soi et ses enveloppes une relation invariable : d'une part la modification de la conscience, de l'autre la vibration de la matière, et *vice versa*. C'est ce qui permet au Soi de connaître le Non-Soi.

Ces correspondances sont mises à profit par la *Raja Yoga* et la *Hatha Yoga*, la Yoga Royale et la Yoga de la Résolution.

La *Raja Yoga* a pour but de soumettre à la volonté les modifications de la conscience et, par cela même, de maîtriser les véhicules matériels.

La *Hatha Yoga* cherche à maîtriser les vibrations de la matière et, par suite, d'éveiller dans la conscience les modifications désirées. Le point faible de la *Hatha Yoga* est que son action ne peut dépasser le plan astral. De plus, l'effort considérable imposé à la matière comparativement peu ductile du plan physique amène parfois l'atrophie des organes mêmes dont l'activité est nécessaire pour déterminer dans la conscience les modifications désirées. Le Hatha yogui soumet à sa volonté des organes dont la conscience de l'état de veille n'a plus à s'occuper, en ayant laissé la surveillance à sa partie inférieure, la « sub-conscience » ; sa méthode est souvent utile pour prévenir les maladies, mais n'atteint pas un but plus élevé. Lorsqu'il commence à agir sur les centres cérébraux en rapport avec la conscience ordinaire et, plus encore, quand il cherche à influencer les centres spéciaux de la conscience supérieure, il aborde une région dangereuse et ses pratiques ont beaucoup plus de chances d'amener la paralysie que le développement.

Il serait impossible de connaître la matière sans la relation dont j'ai parlé tout à l'heure. A la modification produite dans le penseur répond un changement extérieur, auquel le penseur répond à son tour

en déterminant au dehors une modification particulière. La matière constitutive du corps qui lui sert d'enveloppe retrouve ainsi son équilibre. Aussi pouvons-nous dire que c'est grâce aux changements rythmiques produits dans la matière que celle-ci devient connaissable. Une relation invariable existe entre les deux faces du Logos manifesté, qui cependant est Un ; elle permet à la conscience de connaître la matière, et le Soi percevant des changements en Lui-même perçoit en même temps ceux du monde extérieur qui correspondent aux siens.

Le mental.

Qu'est-ce que le mental ? Au point de vue de la Yoga, c'est simplement la conscience individualisée, considérée dans son ensemble ; c'est votre conscience tout entière, y compris vos activités que la psychologie occidentale exclut du mental. La Yoga n'est possible qu'en prenant pour base la psychologie orientale.

Comment décrirons-nous cette conscience individualisée ? Tout d'abord elle s'aperçoit de l'existence des objets ; elle les désire et, par suite, cherche à les atteindre. D'où les trois aspects de la conscience : l'intelligence, le désir et l'activité. Sur le plan physique l'activité prédomine ; bien que le désir et

la pensée soient présents. Sur le plan astral le désir prédomine ; la pensée et l'activité lui sont surbordonnées. Sur le plan mental l'intelligence est la note dominante ; elle l'emporte sur le désir et sur l'activité. Élevez-vous jusqu'au plan buddhique ; c'est la connaissance, ou raison pure, qui prédomine. Et ainsi de suite. Jamais aucune des trois qualités n'est absente, mais l'une d'elles prime les autres. Il en est ainsi de la matière qui leur appartient. Des combinaisons entrant dans la composition de vos corps dépendra le mode d'activité de ces corps au point de vue de la conscience. Pour pratiquer la Yoga il faut faire entrer dans vos corps les combinaisons rythmiques et leur donner le pas sur l'activité et sur l'inertie. Le yogui veut que son corps soit d'accord avec son mental.

Les stages de l'évolution mentale.

Cette évolution, suivant Patanjali, passe par cinq stages distincts, et Vyasa, dans son commentaire, nous dit que « ces stages du mental existent sur chaque plan. »

Dans le premier (*Kshipta*) le mental se laisse emporter çà et là ; c'est alors le mental papillonnant de l'humanité à ses débuts ; dans l'homme, le mental de l'enfant qui ne cesse de passer d'un objet à un

autre ; il correspond à l'activité sur le plan physique.

Le stage suivant est celui de la confusion (*Muhda*) ; il correspond à celui de l'adolescent qui dominé, troublé par les émotions, commence pourtant à sentir son ignorance. C'est un état supérieur à l'inconstance mentale de l'enfant, un état caractéristique correspondant à l'activité dans le monde astral.

Puis vient le stage de la préoccupation ou de l'infatuation (*Vikshipta*) ; c'est l'état de l'homme possédé pas une idée, l'amour, l'ambition ou toute préoccupation. L'homme n'est plus un adolescent indécis ; il sait ce qu'il désire ; une idée le domine ; que ce soit l'idée fixe de l'aliéné ou celle qui fait le héros et le saint, elle le domine. La qualité de l'idée, le degré de vérité ou d'erreur qu'elle contient, voilà ce qui distingue le fou du martyr.

Qu'il soit l'un ou l'autre, l'homme est esclave d'une idée fixe qu'aucun raisonnement ne peut ébranler. Est-il convaincu que son corps est en verre, aucun argument ne pourra lui démontrer qu'il se trompe ; toujours il se considérera fragile comme du verre. Si cette idée fixe est une illusion, il y a des idées fixes qui font le héros et le martyr. Dans ce cas l'homme sacrifie tout pour une grande vérité qui lui est plus chère que la vie, qui le possède et le domine ; pour elle il brave joyeusement la mort. Dans cette disposition mentale l'homme, nous est-il dit, est sur le point d'atteindre la Yoga, parce qu'il

apprend à se concentrer ; peu importe si c'est sous l'empire d'une idée fixe. Ce stage correspond à l'activitité sur le plan mental inférieur.

L'homme possède-t-il l'idée au lieu d'en être l'esclave, cet état mental de fixité voulue (en sanscrit *Ekagrata*) constitue le quatrième stage. L'homme parvenu dès lors à l'âge de maturité est prêt pour la vie véritable ; il a subordonné toute une existence terrestre à une seule idée ; il approche de la Yoga ; il échappe à l'engrenage de ce monde dont les séductions n'ont plus de prise sur lui. Etant devenu maître de ce qui le possédait autrefois, il présente les aptitudes nécessaires au yogui et se soumet à l'entraînement qui doit accélérer ses progrès. Ce stage correspond à l'activité sur le plan mental supérieur.

Le quatrième stage, ou *Ekagrata*, amène au cinquième (*Niruddha*), le stage de l'homme que dirige le Soi supérieur. Quand l'homme, devenu capable de posséder une seule idée, s'élève au-dessus de toutes les idées, choisit à sa guise, prend ou s'abstient, suivant la décision de la Volonté illuminée, alors, soumis au Soi supérieur, il peut avec fruit pratiquer la Yoga. Ce stage correspond à l'activité sur le plan buddhique.

Dans le troisième stage (*Vikshipta*) où il est possédé par son idée, l'homme apprend la *Viveka*, c'est-à-dire le discernement entre l'extérieur et l'in-

térieur, le réel et l'irréel. Après avoir appris cette leçon, il fait un pas de plus et, en *Ekagrata*, choisit une idée unique, la vie intérieure, fixe sur elle son mental et apprend ainsi le détachement (*Vairagya*). S'élevant au-dessus du désir de posséder les objets dont il pourrait jouir, il n'appartient plus à ce monde ni à aucun autre. Il s'avance alors vers le cinquième stage, dirigé par le Soi supérieur. Pour l'atteindre il cherche à acquérir les six qualités (*Shatsampatti*), qui concernent l'aspect Volonté de la conscience, comme les deux autres, *Viveka* et *Vairagya*, concernent les aspects Connaissance et Activité.

En étudiant votre propre mental vous pourrez déterminer jusqu'à quel point vous êtes prêts à commencer l'étude effective de la Yoga. Etudiez-le pour reconnaître en vous-mêmes les stages dont j'ai parlé. Si vous ne traversez encore qu'un des deux premiers, vous n'êtes pas prêts pour la Yoga. L'enfant et l'adolescent ne sont par encore aptes à devenir des yoguis. Il en est de même pour l'homme préoccupé. Mais, si vous constatez qu'une pensée unique vous possède, alors vous êtes bien prêts de réunir les conditions voulues. Ce stage mène au degré suivant, où l'on arrive à choisir la pensée et à s'y attacher volontairement. Il n'y a qu'un pas très court à faire pour atteindre le stage où votre maîtrise devient absolue, où vous pouvez à votre gré interdire tout

mouvement à votre mental. Dès lors il est relativement facile de passer en samadhi.

La conscience peut être dirigée vers l'intérieur ou vers l'extérieur.

Il y a deux genres de *Samadhi* : l'un est tourné vers l'extérieur, l'autre vers l'intérieur. La conscience tournée vers l'extérieur vient toujours la première et vous êtes dans le stage de *Samadhi* propre à la conscience de veille tournée vers le dehors, quand, vous élevant au-dessus des objets, vous atteignez les principes dont ils sont les manifestations et que, à travers la forme, la vie vous apparaît. Darwin était dans ce stage lorsqu'il entrevit la loi de l'évolution. C'est le *Samadhi* tourné vers le dehors, le *Samadhi* du corps physique.

Son nom technique est le *Samprajnata–Samadhi* ou « Samadhi avec conscience ». Je préfère cependant parler de la conscience tournée vers l'extérieur, c'est-à-dire consciente des objets qui l'entourent. Quand ceux-ci disparaissent ou, en d'autres termes, quand la conscience se sépare de l'enveloppe qui lui permet de la voir, alors commence « *Asamprajnata Samadhi* », ou Samadhi sans concience. Je préfère l'appeler la conscience tournée vers l'inté–

rieur, puisque c'est en se détournant de l'extérieur que l'homme parvient à ce stage.

Sur chaque plan les deux degrés se succèdent. D'abord la concentration intense qui s'exerce sur les objets et va chercher sous la forme extérieure les principes dont cette forme est l'expression. Puis la conscience se détourne de l'enveloppe dont elle s'est servie jusqu'alors et se retire en elle-même, je veux dire dans une autre enveloppe qu'elle n'a pas encore reconnue comme étant une enveloppe. A ce stage succède le « nuage », le sentiment naissant d'un élément extérieur, la perception vague d'un « je ne sais quoi » qui n'est pas elle-même. Après quoi l'enveloppe supérieure commence à fonctionner et la conscience reconnaît, comme tels, les objets du plan immédiatement au-dessus qui correspondent à cette enveloppe. Ainsi dans le cycle complet se succèdent : *Samprajnata Samadhi*, *Asamprajnata Samadhi*, *Megha* (le « nuage »), puis le *Samprajnata Samadhi* du plan suivant et la même progression se poursuit.

Le nuage.

Ce terme, *Dharma-Megha*, le nuage du juste ou de la religion, est très peu expliqué par les commentateurs; ils se bornent à dire que tout le bon

Karma généré dans le passé s'amasse au-dessus de l'homme et descend sur lui en pluie de bénédictions. Cherchons une explication moins laconique.

Le mot « nuage » est très souvent employé par le mysticisme occidental. « Le Nuage sur la Montagne », « le Nuage sur le Siège de la Miséricorde » sont des termes bien connus de l'étudiant. L'expérience qu'ils expriment est familière à tous les mystiques dans ses phases inférieures, et à quelques-uns dans sa plénitude. Dans ses phases inférieures, c'est l'expérience dont nous venons de parler, où la retraite de la conscience dans un nouveau véhicule qui n'est pas encore reconnu comme tel est suivie par l'entrée en activité de ce véhicule, caractérisée elle-même par le vague sentiment d'un élément extérieur nouveau. Il vous semble être entouré d'un brouillard épais. Conscient de ne pas être seul, vous êtes cependant incapable de rien discerner. Restez calme ; soyez patient ; attendez. Que votre conscience reste en suspens. Bientôt le nuage deviendra moins épais et à vos yeux ravis se révélera, d'abord d'une façon partielle puis dans toute sa beauté, un monde supérieur.

Cette expérience se renouvellera très souvent, jusqu'au jour où, votre conscience centrée dans le plan buddhique et dans ses splendeurs s'étant évanouie, parce qu'elle s'est retirée même de cette enveloppe admirable, vous vous trouvez dans le nuage

proprement dit. Le Nuage sur le Sanctuaire, le Nuage qui recouvre le Saint des Saints et voile encore le Soi. Alors, vous semble-t-il, l'existence elle-même vous est progressivement retirée ; tout élément tangible vous échappe ; vous êtes suspendu dans le vide ; c'est l'horreur des ténèbres profondes, une solitude sans nom. Supportez, supportez ces angoisses. Tout doit disparaître. « L'Eternel seul peut vous aider ». Dieu ne resplendit que dans le silence. « Tais-toi et sache que je suis Dieu », dit l'Hébreu. Dans le silence une Voix s'élèvera : la voix du Soi. Dans ce calme absolu une Vie se fera sentir : la vie du Soi. Dans ce vide une Plénitude se révélera : la plénitude du Soi. Dans ces ténèbres brillera une lumière : la gloire du Soi. Le nuage se dissipera et la splendeur du Soi se manifestera. Ce qui n'était tout d'abord qu'une majesté lointaine, à peine entrevue, deviendra pour vous une réalité constante. Enfin, connaissant le Soi, sachant que vous êtes un avec Lui, vous entrerez dans la Paix qui n'appartient qu'au Soi.

CONFÉRENCE II

ECOLES INTELLECTUELLES

L'étudiant en psychologie familiarisé avec le sanscrit ne peut méconnaître la valeur de cette langue pour qui veut traiter le sujet d'une manière précise et scientifique. Le sanscrit, la langue « bien faite », « construite », assemblée », se prête mieux qu'aucune autre à l'élucidation des difficultés psychologiques. Que de fois la simple forme d'un mot est une indication et suggère une explication ou une relation ! Cette langue est ainsi construite qu'à lui seul un mot peut présenter des sens multiples. Cette connexion verbale vous permet donc, quand vous parlez ou employez le sanscrit, de retrouver toutes les idées, toutes les vérités et tous les faits alliés. Il existe en sanscrit un nombre limité de ra-

cines importantes, puis un nombre immense de mots dérivés.

Le mot « Yoga » signifie joindre *(yuj)*. Cette racine se retrouve dans bien des langues : en Anglais par exemple (et cela, bien entendu, par le latin, où vous trouvez les mots *jugare*, *jungere*, unir). Toute une série de mots anglais en dérivent et vous sont déjà venus à la pensée, tels que *junction*, *conjuction*, *disjunction* et ainsi de suite. Le mot anglais *yoke* est, lui aussi, dérivé de cette racine sanscrite. Ainsi, vous pouvez retrouver dans tous les mots, pensées ou faits se rattachant à cette seule racine le sens du mot « Yoga », et constater tout ce qu'il représente dans les processus intellectuels ordinaires, la valeur de beaucoup de mots connexes vous montrant, pour ainsi dire, le chemin conduisant au sens véritable. Dans d'autres langues, telles que le français, nous trouvons le mot « rapport » ; il est constamment employé en anglais. « Être en rapport » est bien une expression française, mais elle a tellement passé dans notre langue qu'elle est continuellement employée parmi nous. Or, à certains égards, ce terme se rapproche plus qu'aucun autre du sens présenté par le mot sanscrit « Yoga ». « Être en relation avec » ; « se rattacher à » ; « se confondre avec » ; etc : toutes ces idées peuvent se grouper sous la même idée de « Yoga ».

Quand Shri Krishna dit en sanscrit : « La Yoga,

c'est l'équilibre ». Il exprime une idée parfaitement naturelle, car la Yoga implique l'idée de balance, de joug, et en sanscrit équilibre se dit *Samatva* ou la qualité de ce qui est ensemble. Cette sentence est donc parfaitement simple et nette; elle n'implique aucun sens bien profond, mais seulement un des sens principaux du mot employé par Shri Krishna. J'en dirai autant d'un autre mot contenu dans le commentaire sur la sutra que j'ai citée la semaine dernière : « La Yoga c'est le Samadhi ». Pour une personne qui ne sait que l'anglais, ces mots ne présentent pas une idée bien nette et chacun demande à être expliqué. Mais, pour qui sait le sanscrit, les deux mots sont connexes. Yoga signifie, comme nous l'avons vu, « réuni sous un même joug », et *Samadhi* est dérivé de la racine *dha*, placer, et des prépositions *sam* et *a*, donnant le sens de l'union complète. Le sens littéral du mot Samadhi est donc « réunir complètement ». En anglais, l'équivalent étymologique serait le mot « composé » (*com* = *sam* ; *posita* = *lieu*, Samadhi signifie donc « rassembler le mental », lui interdire toute distraction. Au point de vue de la philologie comme au point de vue pratique, les mots Yoga et Samadhi sont donc inséparablement associés. Quand le commentateur Vyasa nous dit : « La Yoga, c'est le mental discipliné », il nous donne une idée claire et précise de ce qu'implique ce mot. *Samadhi* a fini assez naturellement

par signifier l'état de transe résultant du calme parfait imposé au mental, mais il ne faut pas perdre de vue le sens primitif.

En expliquant ce qu'est la Yoga, on manque donc souvent, en anglais, d'un équivalent capable de rendre les sens multiples donnés par le sanscrit et je ne saurais trop engager ceux de mes auditeurs qui peuvent le faire, de se familiariser au moins suffisamment avec cette langue admirable pour que la littérature de la Yoga leur devienne plus intelligible qu'aux personnes ignorant le sanscrit.

Ses rapports avec les systèmes philosophiques de l'Inde.

Permettez-moi d'attirer votre attention sur le rôle joué par la Yoga dans deux grandes écoles philosophiques hindoues, car ni l'anglais, ni l'indien ignorant le sanscrit ne pourront jamais bien comprendre les principaux ouvrages indiens traduits et publiés ici ou en Occident, ni la valeur des allusions qui s'y trouvent, s'ils ne se familiarisent jusqu'à un certain point avec les doctrines principales de ces grandes écoles philosophiques ; elles sont la base même des ouvrages dont je viens de parler et qui sont connus de beaucoup d'entre vous.

Prenons d'abord la *Bhagavad-Gita*. Parmi mes

auditeurs, indiens ou anglais il en est sans doute peu qui ne connaissent assez bien cet ouvrage, n'y puisent pour leur progrès spirituel le secours le plus efficace et ne soient familiarisés avec la plupart de ses préceptes. Mais en le lisant vous serez toujours plus ou moins dans le brouillard, si vous ignorez qu'il a pour base une philosophie indienne particulière et que presque tous les termes techniques ont en somme le sens qui leur est donné dans le système philosophique connu sous le nom de Samkya. Certaines sentences se rattachent plutôt à la Védanta, mais presque toujours les idées ont le caractère Samkya. Les lecteurs sont donc supposés connaître dans ses grandes lignes la philosophie Samkya. Je n'entrerai pas dans les détails mais je dois vous exposer les principales car, si vous parvenez à les bien saisir, vous lirez votre *Bhagavad-Gita* avec beaucoup plus de fruit que précédemment et, de plus, vous pourrez pratiquer les enseignements en matière de Yoga comme il serait presque impossible de le faire sans cela.

Dans la *Bhagavad-Gita* comme dans les *Sutras de Patanjali*, les termes sont Samkya et, historiquement parlant, la Yoga, ou tout au moins sa philosophie, est basée sur la Samkya. Celle-ci n'a pas pour sujet l'existence de la Divinité, mais seulement le « Devenir » d'un univers, l'ordre de son évolution. C'est pourquoi elle est souvent appelée *Nirishvara*

Samkya, la Samkya sans Dieu ; mais elle se rattache si étroitement au système de la Yoga que celle-ci est appelée *Seshvara Samkya*, la Samkya avec Dieu. Pour plus de clarté je dois donc tout d'abord esquisser une partie de la philosophie Samkya, celle qui traite des rapports entre l'Esprit et la Matière ; puis vous montrer en quoi elle diffère de la conception védantique du Soi et du Non-Soi. Nous verrons enfin que la Théosophie, en nous faisant connaître les faits d'ordre naturel, réconcilie ces données divergentes. Si les sentences prononcées dans la Gita par le Seigneur de la Yoga vous semblent parfois contradictoires, c'est que les termes sont tantôt ceux de la Samkya et tantôt ceux de la Védanta, systèmes dont les points de départ sont différents, l'un envisageant le monde au point de vue de la Matière et l'autre au point de vue de l'Esprit. Si vous avez acquis les connaissances théosophiques, la connaissance des faits vous permettra de traduire les termes employés. C'est sur la manière de réconcilier et de comprendre ces expressions apparemment contradictoires que je voudrais attirer maintenant votre attention.

L'école Samkya commence par nous dire que l'Univers est le résultat de deux facteurs, d'une paire d'opposés primordiale, l'Esprit et la Matière ou, plus exactement, les Esprits et la Matière. L'Esprit est appelé *Purusha*, l'homme. Chaque Esprit

est un individu. *Purusha* est une Unité, une Unité de conscience. Tous les Esprits sont de la même nature, mais éternellement distincts entre eux. Ces unités sont légion ; les *Purushas* sont innombrables dans le règne humain, mais, si leur nombre est infini, ils sont d'une nature identique ; ils sont homogènes. Chaque *Purusha* présente trois caractéristiques et celles-ci sont les mêmes pour tous. La première est l'apperception ; elle deviendra le pouvoir de connaître. La seconde est la vie ou prâna ; elle deviendra l'Activité. La troisième est l'immutabilité, essence de l'éternité ; elle deviendra la Volonté.

L'éternité n'est pas, comme le supposent à tort certaines personnes, la durée sans bornes. Ce sont là deux notions qui n'ont rien de commun, deux notions absolument différentes. L'éternité est inaltérable, immuable, simultanée. Aucune durée, même interminable, en admettant qu'une telle chose existât, ne pourrait constituer l'éternité. Le seul fait que le *Purusha* possède cet attribut de l'immutabilité nous montre qu'il est éternel, car l'immutabilité est le caractère même de l'éternité.

Tels sont, suivant la Samkya, les trois attributs de *Purusha*. Ils ne sont pas nommés, comme dans la Védanta, *Sat*, *Chit* et *Ananda*, mais dans les deux systèmes les attributs sont au fond identiques. L'aperception ou le pouvoir de connaître est *Chit ;*

la vie ou la force est *Sat* ; l'immutabilité ou essence de l'éternité est *Ananda*.

Opposée à ces *Purushas*, unités homogènes et innombrables, se trouve *Prakriti*, la Matière, deuxième terme de la qualité Samkya. *Prakriti* est une, les *Purushas* sont multiples. *Prakriti* a pour caractère la continuité, les *Purushas* l'intermittence, étant des unités innombrables et homogènes. La continuité est la marque de *Prakriti*.

Arrêtons-nous un instant à ce nom de *Prakriti*. Quel en est le sens primordial ? C'est celui d'essence. *Pra* signifie « au-dehors » la racine *Kr* signifie « faire ». *Prakriti* signifie donc « produire ». La Matière est ce qui permet le « devenir » de l'Être. L'Être où *istence* devient, grâce à la Matière, *ex-istence*, ou l'Être manifesté. Appeler la Matière « ce qui produit ou manifeste », c'est résumer en un seul mot son caractère essentiel. *Prakriti* seule permet à l'Esprit ou *Purusha* de se produire ou de « manifester » ; sans sa présence, *Purusha* est inerte, une pure abstraction. *Purusha* ne peut manifester ses pouvoirs que par la présence et au sein de *Prakriti*. Celle-ci possède également trois caractéristiques, les *gunas* que chacun connaît, ses attributs ou qualités : le rythme, la mobilité, l'inertie. Grâce au rythme le pouvoir de connaître devient la connaissance ; grâce à la mobilité, la vie devient l'activité ; grâce à l'inerte, l'immutabilité devient la volonté.

La relation entre l'Esprit et la Matière est un concept très particulier qu'il faut bien saisir pour éviter beaucoup de notions fausses. Bien compris, il jettera la lumière sur la *Bhagavad-Gita* et nous interpréterons sans difficulté ce que ses pages disent de l'action et de l'acteur, et de l'erreur consistant à dire « j'agis », car tous ces termes représentent des idées particulieres à la Samkya.

Les trois qualités de *Prakriti*, si nous envisageons celle-ci à part de *Purusha*, sont en équilibre, immobiles, se font opposition, se neutralisent mutuellement. C'est pourquoi la Matière est appelée *jada*, inconsciente, « morte ». Mais tout change en présence de *Purusha*. Quand *Purusha* entre en contact avec la Matière il se produit un changement profond et non superficiel.

Purusha, dit Vyasa, agit sur *Prakriti* par son voisinage et *Prakriti* commence à vivre. Ce « rapprochement » est une manière de parler, une expression adaptée à nos idées de temps et d'espace, car nous ne pouvons attribuer la « proximité » à l'Esprit, ce principe qui échappe au temps et à l'espace. Le mot « voisinage » indique une influence exercée par *Purusha* sur *Prakriti*, elle résulterait, s'il s'agissait d'objets matériels, de leur mise en présence. Approchez un aimant d'un morceau de fer doux ou un corps électrisé d'un corps neutre, et certains changements se produiront dans le fer doux ou dans le

corps neutre. Le voisinage de l'aimant transforme en aimant le fer doux, fait naître en lui des propriétés caractéristiques. Le fer manifeste des pôles, attire l'acier, attire ou repousse la pointe de l'aiguille électrique. En présence d'un corps électrisé positivement, l'électricité du corps neutre subit un déplacement, l'électricité positive se retire et l'électricité négative s'accumule près du corps électrisé. Un changement profond a résulté, dans les deux cas, du rapprochement d'un autre objet.

Il en est de même pour *Purusha* et *Prakriti*. *Purusha* est inactif, mais une influence émane de lui, influence comparable à l'action magnétique ; elle détermine dans les trois *gunas* un changement merveilleux. Je ne sais quels termes employer pour en donner une idée précise. On ne peut dire que *Prakriti* absorbe l'influence. Dire que *Prakriti* reflète *Purusha* est à peine possible. Mais la présence de *Purusha* détermine certains changements internes, détruit en *Prakriti* l'équilibre des trois *gunas*. Celles-ci se contrebalançaient ; aucune n'était manifestée ; elles se neutralisaient mutuellement. Qu'arrive-t-il quand *Purusha* influence *Prakriti* ? La qualité de *Purusha* que j'ai appelée le pouvoir de connaître est appropriée ou reflétée par la *guna* nommée *sattva*, le rythme, et devient dans *Prakriti* la connaissance. La qualité nommée dans *Purusha* la vie est appropriée ou reflétée par la *guna* nommée *rajas*, la mo-

bilité, et devient dans *Prakriti* la force, l'activité. La qualité appelée dans *Purusha* l'immutabilité est appropriée ou reflétée par la *guna* nommée *tamas*, l'inertie, et prend dans *Prakriti* le caractère de volonté ou de désir. Ainsi l'équilibre absolu régnant dans *Prakriti* a subi un changement par le seul fait du voisinage ou de la présence de *Purusha*. Celui-ci n'a rien perdu, mais une modification a eu lieu dans la matière puisque la connaissance et, avec la connaissance, la force et l'activité y ont apparu. Une autre modification se produit simultanément dans *Prakriti*. Les trois attributs de *Purusha* sont inséparables comme le sont, de leur côté, les trois attributs de *Prakriti*. Aussi le rythme, tout en s'appropriant le pouvoir de connaître, est-il sous l'influence à la fois triple et une de *Purusha* tout entier et absorbe-t-il forcément, d'une manière secondaire, la vie et l'immutabilité sous l'aspect de l'activité et du désir. Nous pouvons en dire autant de la mobilité et de l'inertie. Dans les combinaisous, telle qualité peut prédominer. Ce sera, soit le pouvoir de connaître et le rythme, soit la vie et la mobilité, soit l'immutabilité et l'inertie. Les combinaisons dans lesquelles prédominent le pouvoir de connaître et le rythme, c'est-à-dire la connaissance, deviennent « le mental dans la nature », c'est-à-dire l'aspect sujet ou subjectif de la nature. Les combinaisons dans lesquelles prédomine l'une

des deux autres qualités deviennent l'aspect objet ou objectif de la nature, la « force et la matière » de la science européenne (1).

Ainsi la nature est divisée en deux principes, le sujet et l'objet, et elle contient tout ce qui est nécessaire pour manifester l'activité, produire les formes, exprimer la conscience, c'est-à-dire le mental, la force et la matière. *Purusha* n'a plus rien à faire, car il a doué *Prakriti* de toutes les qualités possibles ; demeurant à l'écart, il voit ces qualités former mille combinaisons ; mais aucune n'a de prise sur lui. Le drame de l'existence se déroule dans la Matière ; l'Esprit se borne à le contempler. *Purusha* est le spectateur qui assiste à la représentation ; il n'est pas acteur, mais simplement témoin. L'acteur, c'est la partie subjective de la nature, le mental, qui est, dans la matière rythmique, le reflet du pouvoir de connaître. Son instrument, la nature objective, est le reflet des autres qualités de *Purusha*, c'est-à-dire la vie et l'immutabilité, dans les *gunas rajas et tamas*. La nature présente donc tous les éléments qui donneront naissance à l'univers. Le *Purusha* se borne à contempler le drame représenté en sa présence ; il est spectateur et non acteur.

(1) Un ami me fait observer que la première est le *Shuddha Sattva* de l'école Ramanuja et les seconde et troisième la *Prakriti* ou esprit-matière envisagée dans son sens intérieur.

Cette idée se retrouve sans cesse dans la *Bhagavad-Gita*. La nature fait tout. Les *gunas* font naître l'univers. L'homme qui dit : « J'agis », se trompe et s'abuse ; ce sont les *gunas* qui agissent et non pas lui ; simple spectateur il suit des yeux leur action. Une grande partie des enseignements de la Gita a pour base cette conception de la Samkya et il serait impossible, pour un lecteur ignorant ce fait, de jamais découvrir le sens qui se cache sous les sentences de telle philosophie particulière.

Abordons maintenant l'idée Védantine. D'après ce système, le Soi est un, omniprésent, répandu partout, l'unique réalité. Rien n'existe que le Soi : tel est le point de départ. Pénétrant, maîtrisant, animant toutes choses, partout le Soi est présent. Semblable à l'éther dont toute la nature est pénétrée, le Soi Unique pénètre, gouverne, soutient, vivifie toutes choses. Suivant l'expression de la *Gita*, le Soi, comme l'air qui circule partout, se trouve partout dans l'infinie diversité des objets. En nous efforçant de suivre dans ses grandes lignes la pensée védantine et de comprendre cette idée d'un Soi unique, universel, qui est existence, conscience, béatitude, *Sat-Chit-Ananda*, nous nous sentons transportés dans une région philosophique plus haute que celle de la Samkya. Le Soi est un. Partout il est conscient, existant, heureux. Ces trois qualités du Soi sont inséparables. Elles se retrouvent partout : rien ne leur échappe ;

elles se manifestent en tout point, en tout lieu. Où pourrait-on dire : « Le Soi n'est pas ici? « Là où est le Soi — et il est partout — là sont en même temps l'existence, la conscience et la béatitude. Le Soi, étant conscience, imagine la limitation, la division, qui donnent à leur tour naissance à la forme, à la diversité, à la multiplicité. Cette pensée du Soi, cette pensée de limitation, telle est la source de l'infinie diversité des choses. La matière est la limitation qu'impose au Soi Sa propre volonté. *Ekoham bahu syama* — « Je suis un ; Je veux devenir le nombre » ; « Je veux multiplier ; » telle est la pensée de l'Un, et cette pensée appelle à l'existence l'univers sans bornes. Dans cette limitation qu'Il S'impose volontairement, Il existe, Il est conscient, Il est heureux. En Lui naît la pensée qu'Il est l'existence en Soi et voici que toute existence devient possible. Il veut Se manifester et toute manifestation se produit immédiatement. Toute béatitude réside en Lui ; c'est pourquoi la loi de la vie et la caractéristique essentielle de tout être doué de sensation est la poursuite du bonheur. L'univers résulte de la limitation que S'est, en pensée, imposée, le Soi. Dès que le Soi interrompt cette pensée, l'univers n'est plus et se dissipe comme un songe. Telle est l'idée fondamentale de la Védanta. Ce système admet les Esprits ou *Purushas* de la Samkya, mais ne voit en eux que des reflets du Soi unique, des émanations de Son activité, qui

toutes Le reproduisent en miniature, avec les limitations que le Soi universel leur a imposées. Ces limitations semblent être des parties de l'univers, mais sont en réalité Lui-même. C'est l'action du Soi suprême qui crée les limitations et reproduit ainsi bornées les qualités du Soi. La conscience du Soi, du Soi Suprême, devient dans le Soi particularisé le pouvoir de connaître. L'existence du Soi devient l'activité ou pouvoir de se manifester. La béatitude du Soi devient la volonté, de toutes les énergies la plus profonde, l'aspiration au bonheur, à la félicité. La résolution d'y parvenir est ce que nous appelons la volonté.

Ainsi dans la vie limitée, la faculté de connaître, la faculté d'agir et la faculté de vouloir sont des reflets, dans le Soi limité, des qualités essentielles du Soi universel. En d'autres termes, ce qui était l'aperception universelle devient, dans le Soi limité, la faculté de connaître. Ce qui était dans le Soi universel le sentiment de Sa propre existence, devient dans le Soi limité, le sentiment de l'existence d'autrui. L'aperception de l'ensemble devient dans l'individu la faculté de connaître.

Il en est de même pour l'existence du Soi. L'existence propre du Soi universel devient, dans le Soi limité, l'activité, la préservation de l'existence. La béatitude du Soi universel s'exprimant d'une manière limitée dans le Soi individualisé, devient la vo-

lonté qui cherche le bonheur, la détermination spontanée du Soi, Son effort à Se réaliser Lui-même, énergies les plus profondes de la vie humaine.

Les différences résultent de la limitation, de la réduction des qualités universelles devenues les qualités spécifiques du Soi limité. Essentiellement ces qualités sont identiques, bien qu'en manifestation elles paraissent différentes. Nous possédons la faculté de connaître, la faculté de vouloir, la faculté d'agir. Ce sont les trois grands pouvoirs du Soi qui se manifestent dans le Soi séparé, dans l'infinie diversité des formes, depuis le *moneron* le plus imperceptible jusqu'au Logos le plus exalté.

Suivant la Samkya, si le *Purusha*, le Soi particulier, s'identifie avec la matière qui lui sert de miroir, il tombe dans l'illusion et dans l'esclavage. La Védanta dit de même que, si le Soi éternellement libre S'imagine être prisonnier de la matière et S'identifie avec ses limitations, il S'illusionne, Il est sous l'empire de Mâyâ ; car Mâyâ, c'est l'erreur du Soi qui S'identifie avec les limitations qui l'enserrent. A moins de rester dans l'ignorance, jamais l'éternelle vérité ne sera l'esclave de la matière ; jamais l'éternelle pureté ne sera souillée par la matière ; jamais l'éternelle connaissance ne sera trompée par la matière. Ses propres illusions limitent Ses facultés ; le Soi est lié parce qu'il Se croit lié, impur parce qu'il Se croit impur, ignorant parce qu'il Se croit ignorant.

Quand Son erreur se dissipe, Il se retrouve éternellement libre, éternellement pur, éternellement sage.

La grande différence entre la Samkya et la Védanta est que, dans la première, Purusha est le spectateur, jamais l'acteur, et que dans la seconde le Soi seul est acteur et tout le reste Mâyâ. Nul n'agit que le Soi, affirme la Védanta. Comme le dit l'Upanishad : le Soi voulut voir et il y eut des yeux ; le Soi voulut entendre et il y eut des oreilles ; le Soi voulut penser et il y eut un mental. Les yeux, les oreilles, le mental existent, parce qu'en voulant qu'ils fussent. le Soi les a appelés à l'existence. Le Soi s'empare de la matière afin qu'elle Lui serve à manifester Ses pouvoirs. C'est le point qui distingue la Samkya de la Védanta. Dans la Samkya la présence de *Purusha* éveille dans la matière ou *Prakriti* toutes ces caractéristiques. C'est *Prakriti* qui agit et non *Purusha*. Dans la Védanta le Soi seul existe, le Soi seul agit. Il imagine la limitation et la matière apparaît ; Il s'empare de cette matière afin de pouvoir manifester Ses propres capacités.

La manière dont la Samkya envisage l'univers est celle du savant ; le point de vue de la Védanta est celui du métaphysicien. Sans le savoir, Haeckel a conçu un système philosophique presque identique à la Samkya et qui s'en rapproche au point qu'une idée de plus en ferait la Samkya même. Haeckel n'a pas encore été jusqu'à poser en principe ce voisinage

de la conscience que postule la Samkya dans son ultime dualité : il établit l'existence de la force et de la matière, mais point celle de *Purusha*. Son dernier ouvrage critiqué par Sir Oliver Lodge est parfaitement intelligible au point de vue hindou, car nous y trouvons une exposition presque complète de la philosophie Samkya et cette attitude mentale du savant indifférent au pourquoi des faits qu'il enregistre. La Védanta, comme je le disais tout à l'heure, est la philosophie du métaphysicien, dont le but est d'atteindre l'unité où s'enracinent et viennent se fondre toutes les différences.

Quelle lumière la Théosophie peut-elle jeter sur ces deux systèmes ? Comme toujours, c'est-à-dire en faisant connaître l'univers tel qu'il est constitué. Elle permet ainsi à toute personne réfléchie de réconcilier des données partielles et qui semblent se contredire. Avec la Védanta la Théosophie proclame le Soi universel. Tout ce que dit la Védanta du Soi universel et des limitations qu'Il S'impose, la Théosophie le répète. Ces entités volontairement limitées nous les appelons des Monades et nous disons, tout comme les védantins, que ces Monades réproduisent la nature du Soi universel dont elles font partie. Voilà pourquoi nous retrouvons en elles les trois qualités du Soi Suprême. Les Monades sont des unités ; elles correspondent aux *Purushas* de la Samkya, mais avec une très grande différence ; leur rôle n'est pas d'observa-

tion passive ; elles coopèrent activement au drame de l'univers et de ses cinq plans ; elles ressemblent à des spectateurs qui feraient mouvoir, au moyen de fils, les acteurs en scène. La Monade emprunte à l'univers matériel des atomes correspondant aux trois qualités qui lui appartiennent et, dans ces atomes, elle pense, elle veut, elle agit. Elle s'approprie des combinaisons rythmiques et manifeste sa faculté de connaître ; elle s'approprie des combinaisons caractérisées par la mobilité et par elles montre son activité, des combinaisons caractérisées par l'inertie et par elles exerce sa faculté et sa volonté d'être heureuse.

Notez les différences dans l'expression et dans la pensée. D'après la Samkya la Matière s'est transformée pour refléter l'Esprit ; en réalité l'Esprit s'approprie des fragments de Matière et par eux exprime ses propres caractéristiques, différence énorme. Pour s'exprimer l'Esprit crée un acteur et cet acteur est « l'homme spirituel » de la doctrine théosophique, la Triade spirituelle, l'Atma-buddhi-manas auquel nous reviendrons dans un instant.

La Monade demeurant toujours au delà du quintuple univers est, dans ce sens, spectatrice. Elle est au delà des cinq plans matériels, au delà du plan atmique ou akashique, au delà du plan buddhique, au delà du plan mental ou plan d'Agni, au delà du plan astral ou plan de Varuna, au delà du plan phy-

sique ou plan de Kubera. Au delà de tous ces plans plane la Monade, le Soi, conscient de Soi-même, déterminé par Soi-même. La Monade règne dans une paix inaltérable et dans l'éternité. Mais, comme je l'ai dit tout à l'heure elle s'approprie la matière. S'emparant d'un atome du plan atmique elle incorpore en quelque sorte sa volonté dans cet atome et devient atma ; s'emparant d'un atome du plan buddhique, elle en fait un miroir pour son aspect connaissance et l'atome devient buddhi ; elle s'empare d'un atome du plan manasique, y introduit en quelque sorte son activité, et l'atome devient manas. Ainsi se constitue la triade atma, plus buddhi, plus manas, reflet, dans l'univers quintuple, de la Monade qui demeure au delà de cet univers. Tels sont les faits dans la nature.

Il est facile de retrouver dans les autres écoles l'équivalent des termes théosophiques. La Monade de la Théosophie est le *Javatma* de la philosophie indienne, le *Purusha* de la Samkya, le Soi particularisé de la Védanta. La triple manifestation Atma-buddhi-manas résulte du rapprochement de *Purusha* et de *Prakriti* ; c'est le sujet de la philosophie Samkya ; c'est, suivant la doctrine Védantine, le Soi revêtu de Ses enveloppes les plus hautes. Le second système traite du Soi et de Ses enveloppes ; le premier traite du Sujet, reflet de *Purusha* dans la matière. Vous voyez donc qu'il s'agit de faits identiques mais

envisagés à des points de vue différents. Nous nous rapprochons de la Védanta plus que de la Samkya, mais, si vous connaissez les faits, vous pouvez mettre à leur place les affirmations des deux systèmes et éviter toute confusion. Apprenez les faits et vous pourrez interpréter toute les théories. Voilà ce qui fait la valeur de la donnée théosophique ; elle vous expose les faits, vous laisse étudier les philosophies et vous permet d'entreprendre ce travail un flambeau à la main et non plus dans l'obscurité.

Ayant compris la nature de l'homme spirituel ou triade, que constatons-nous relativement à toutes les manifestations de la concience? C'est que partout, sur chacun des plans de notre quintuple univers, elles présentent le double aspect Esprit-matière. Le savant les appellera matière spiritualisée ; le métaphysicien leur donnera le nom d'Esprit matérialisé. Les deux expressions sont justes, à la condition de se rappeler que les deux principes sont invariablement présents dans toute manifestation et que vous voyez, non pas les combinaisons de la matière mais bien celles de l'Esprit-matière, dont l'union durera aussi longtemps que la période de manifestation. Si donc, vous trouvez dans les pages d'un ouvrage ancien cette phrase : « le mental est matériel », vous ne vous y tromperez pas. Vous saurez que l'auteur parle au point de vue de la Samkya qui voit la matière partout, mais sous-entend toujours la présence

de l'Esprit spectateur, présence qui rend possible le travail de la matière. En trouvant constamment affirmé dans les philosophies indiennes que le mental est matériel, vous ne confondrez pas cette opinion avec l'idée toute contraire soutenue par le matérialiste, que « le mental est le produit de la matière », ce qui est très différent. La Samkya s'exprime en termes matérialistes, mais postule toujours l'influence vivifiante de l'Esprit. Le matérialiste, au contraire, fait de l'Esprit le produit de la matière. En réalité, un abîme sépare ces deux opinions, bien que les termes employés soient souvent les mêmes.

Le mental

« La Yoga », dit Patanjali, « est l'inhibition des fonctions du mental ».

Il faut les supprimer et, pour bien comprendre ce que cela veut dire, rendons-nous compte de ce que le philosophe indien entend par le mot «mental ».

Le mental, dans l'acception du terme la plus large, possède trois propriétés ou qualités principales : la faculté de connaître, le désir ou volonté, l'activité. La Yoga ne s'occupe pas d'une manière directe de ces trois qualités, mais d'une seulement, la faculté de connaître, sujet de la Samkya. Néanmoins, comme nous l'avons vu, nous ne pouvons séparer complètement

le pouvoir de connaître des autres qualités, parce que la conscience est une. Nous nous occupons spécialement de cette partie de la conscience appelée le pouvoir de connaître, mais il n'est pas possible de l'isoler complètement. Voilà pourquoi le psychologue indien, en étudiant cette propriété appelée le pouvoir de connaître, la divise en trois éléments. Les védantins en trouvent quatre. (Ici je me permets de croire qu'ils se trompent). Lisez dans un ouvrage védantin ce qu'il dit du mental ; vous constaterez qu'il le désigne par un mot dont la traduction signifie « organe interne ». Ce terme, *Antahkarana* est toujours employé là où un anglais se servirait du mot « mental » (mind), mais il ne l'est que relativement au pouvoir de connaître et non à l'activité et au désir.

Antahkarana, nous dit-on, est quadruple, car il est constitué par manas, buddhi, ahamkara et chitta. Bien curieuse, cette division ! Nous connaissons manas, buddhi et ahamkara, mais que faut-il entendre par *chitta* ? Demandez-le à qui vous voudrez et notez sa réponse ; elle sera toujours des plus vagues. Essayons d'analyser nous-mêmes ce mot nouveau. Peut-être se trouvera-t-il élucidé par l'idée théosophique de trois éléments résumés dans un quatrième qui n'est pas, à proprement parler, un élément additionnel mais la somme des trois autres. Manas, buddhi et ahamkara sont les trois côtés d'un triangle que nous appellerons chitta. Le chitta n'est pas un

quatrième élément, mais la somme des trois premiers, manas, buddhi et ahamkara. Nous retrouvons ici l'idée de la trinité dans l'unité. Que de fois H.P.B. complète de même ses groupes de trois principes ! Car elle suit les méthodes anciennes. Le quatrième élément qui résume les trois premiers n'est pas un élément distinct mais fait une unité de leur diversité apparente. Appliquons cette idée à *Antahkarana*.

Prenez la faculté de connaître. Bien que dans cette faculté domine l'aspect correspondant du Soi, elle ne peut exister absolument indépendante. Le Soi dans Sa plénitude est présent dans tout acte de connaître. Il en est de même des deux autres pouvoirs. Aucun ne peut exister séparément. Là où s'affirme le pouvoir de connaître, là sont présents les deux autres, mais à un degré moindre. L'activité est présente et, avec elle, la volonté. Concevez le pouvoir de connaître aussi pur que possible, dirigé sur lui-même, reflété en lui-même et vous atteindrez la notion du buddhi, raison pure, essence même du pouvoir de connaître.

Dans l'univers, buddhi est représenté par Vishnou, la sagesse qui maintient l'univers. Concevez maintenant le pouvoir de connaître dirigé vers l'extérieur, reflété dans l'activité, sa qualité sœur ; cette combinaison du pouvoir de connaître et de l'activité s'appelle dans l'homme manas ou, dans l'univers,

Brâhma le mental créateur. Quand, de même, le pouvoir créateur se reflète dans la volonté, il devient ahamkara, le « Je suis moi » dans l'homme, représenté par Mahadéva dans l'univers. Ainsi nous avons constaté dans les limites du pouvoir de connaître trois éléments distincts, constituant l'organe interne ou *antahkarana* — manas, plus buddhi, plus ahamkara — mais nous ne pouvons en concevoir un quatrième. Qu'est-ce donc que *chitta* ? C'est la somme des trois premiers, leur ensemble, leur totalité. Cette division *d'antahkarana* en quatre éléments est la manière ancienne d'analyser le mental.

Le corps mental.

Abordons maintenant l'étude du corps mental qui, dans la pratique, est regardé comme l'équivalent du mental lui-même.

Le premier résultat à obtenir, en commençant les exercices de la Yoga, est de se séparer du corps mental et de passer de cette enveloppe à l'enveloppe immédiatement supérieure. Vous n'avez pas oublié qu'en Yoga le Soi, comme je vous le disais hier, est toujours la conscience plus le véhicule dont elle ne parvient pas à se séparer. Tout ce qui est au-dessus du corps que vous ne pouvez quitter constitue, pratiquement parlant, le Soi et votre premier effort doit

être de vous isoler de votre corps mental. Dans ces conditions il faut considérer manas comme le Soi et regarder la triade spirituelle Atma-buddhi-manas comme indépendante du corps mental. Voilà le premier pas. Il faut pouvoir saisir et quitter votre mental, comme vous feriez d'un outil, avant qu'il y ait lieu de pousser plus loin les progrès du Soi en le délivrant de ses autres enveloppes.

Le corps mental est donc pris comme point de départ. Supprimez ses pensées ; imposez-lui le calme. Quelle est la condition habituelle du corps mental ? Si vous l'étudiez d'un plan supérieur, vous constatez que ses couleurs changent constamment. Elles ont tantôt une cause interne, tantôt une cause externe. Quelquefois une vibration venue du dehors a produit une modification dans la conscience et, dans les couleurs du corps mental, un changement correspondant. S'il se produit une modification dans la conscience, une vibration vient frapper la matière dans laquelle fonctionne cette conscience. Le corps mental est caractérisé par des nuances et par des couleurs qui changent sans cesse ; jamais en repos, elles se transforment sur toute l'étendue de ce corps avec une extrême rapidité. La Yoga met fin à tout cela ; elle empêche à la fois les vibrations et les modifications de se produire. L'inhibition de la modification de conscience supprime la vibration du corps mental. L'arrêt de la vibration du corps mental empêche la

modification de conscience. Dans le corps mental d'un Maître il n'y a d'autres changements de nuance que ceux dont la cause est intérieure. Aucun impact extérieur n'éveille dans ce corps mental parfaitement maîtrisé la moindre réponse, la moindre vibration. La couleur de ce corps est comme la lumière de la lune sur les flots scintillants de l'océan. Toutes les couleurs imaginables peuvent prendre naissance dans cette blancheur, dans cet éclat lunaire, mais rien dans le monde extérieur n'est capable de ternir cet inaltérable rayonnement S'il se produit au-dedans un changement de conscience, des nuances subtiles se répandront en ondes sur la périphérie du corps mental, qui répond par un changement de couleur uniquement aux modifications venant de l'intérieur et jamais à celles dont la cause est externe. Le corps mental d'un Maître n'est jamais pour Lui le Soi, mais simplement un outil ou instrument qu'Il peut à volonté employer ou laisser de côté, une enveloppe extérieure dont Il se sert quand Il a besoin d'entrer en communication avec le monde inférieur.

Cette manière d'empêcher tout changement de couleur dans le corps mental vous fera comprendre ce que l'on entend par le mot inhibition. En Yoga l'on arrête l'activité mentale. Il faut commencer par votre corps mental ; il faut apprendre la manière d'immobiliser toutes ces vibrations, de rendre le corps mental incolore, calme, paisible, incapable de

répondre à d'autres impacts que ceux auxquels vous entendez le soumettre. Comment reconnaîtrez-vous que la discipline de votre mental a réellement progressé et qu'il ne fait plus partie de votre Moi ? Ce sera tout d'abord en constatant que vous pouvez à volonté arrêter le courant de vos pensées et maintenir le mental dans une immobilité parfaite. Il faut vous élever successivement au-dessus de chacune de vos enveloppes et la preuve que vous y êtes parvenu, c'est qu'elles ne vous affectent plus. Vous exercez une action sur elles ; elles n'en exercent plus sur vous. Du moment où aucune influence extérieure ne parvient à vous tourmenter, à troubler votre mental ; du moment où votre mental ne répond aux impacts extérieurs que si vous le voulez bien, vous pouvez dire de lui : « Ceci n'est pas moi. » Il fait désormais partie de l'ambiance ; c'est pour vous un élément étranger.

Vous procédez ensuite, en appliquant une méthode semblable, à la conquête du corps causal. Lorsque vous en êtes maître, vous entreprenez de dominer le corps buddhique. Quand celui-ci vous est soumis vous passez à la conquête du corps âtmique.

Le mental et le Soi.

« Mais », dira certainement le malheureux étudiant, en apprenant que les fonctions disparaisent

ainsi l'une après l'autre, « que devient le mental lui-même ? Si vous supprimez toutes les fonctions que reste-t-il ? »

Aux Indes, quand l'instructeur touche un point difficile, un de ses élèves s'empresse de le questionner. Dans les commentaires la question qui soulève la difficulté est toujours posée. Patanjali répond : « Alors le spectateur demeure dans sa propre forme ». La Théosophie répond : « Il reste la Monade ». C'est la fin de notre pélerinage, le sommet le plus élevé que l'humanité puisse atteindre. Tous les reflets nés dans l'Univers quintuple, instruments de la Monade pour manifester ses pouvoirs, ayant été supprimés, la Monade se reconnaît elle-même, enrichie par les expériences qu'ont faites ses aspects manifestés.

Pour le philosophe Samkya le problème est très difficile à résoudre. S'il ne reste plus que le spectateur, que devient-il quand le spectacle est fini ? Sa seule fonction était d'assister aux activités mentales. Si elles s'évanouissent, que reste-t-il ? Il ne peut plus être spectateur puisqu'il n'y a plus rien à contempler. La seule réponse à donner est celle-ci : « Il demeure dans sa propre forme », Cessant de se manifester, s'étant élevé au-dessus de la dualité, l'Esprit redevient latent, incapable désormais de se manifester.

Ici la Samkya s'écarte considérablement de la réalité. Ce qui est vrai, c'est qu'après la suppression de

toutes les fonctions, la Monade a soumis la matière à son empire ; elle voit s'ouvrir devant elle un nouveau cycle d'activité ; elle n'est plus esclave ; elle commande.

Toutes les analogies nous montrent que le Soi, en abandonnant successivement chacune de Ses enveloppes, a de plus en plus et non de moins en moins, conscience de ce qu'Il est en réalité ; la lumière grandit pour Lui à chaque pas en arrière ; Il écarte l'un après l'autre tous Ses voiles ; successivement chacun de Ses corps Lui apparaît comme un élément étranger et, dans cette marche rétrograde, le sentiment de Sa propre réalité devient de plus en plus vif. Il est important de ne pas oublier ce fait, car il arrive souvent en Occident que le lecteur, mis en présence des idées orientales, comprend mal le sens de l'état de libération ou de Nirvâna et traduit ce mot par anéantissement ou inconscience. C'est là une notion absolument fausse, qui tend à colorer toute la pensée occidentale lorsqu'elle s'occupe des méthodes de Yoga. Imaginez la condition d'un homme qui s'identifierait avec son corps au point de ne pouvoir, même en pensée, s'en séparer, (c'est l'état du sauvage), et comparez cette condition avec la force, l'énergie et la lucidité de votre propre conscience mentale.

La conscience du sauvage est très limitée, enserrée comme elle est dans le corps physique avec, de temps à autre, une échappée vers la conscience du

rêve ; ni le vaste champ où s'exerce votre conscience, ni votre pensée abstraite n'existent pour lui. Mais cette conscience du sauvage est-elle plus vive ou moins vive que la vôtre ? Moins vive, me répondrez-vous certainement. Vous avez, dans une large mesure dépassé les facultés qui la caractérisent. Votre propre conscience, plus astrale que physique, a par cela même acquis plus de perçant. A mesure que le Soi se dégage de Ses enveloppes, Il comprend davantage Sa propre nature ; à chaque enveloppe rejetée, la lumière grandit pour Lui. Plus la circonférence devient perméable, plus le centre devient fort, jusqu'au jour où le centre se reconnaît en tout point de la circonférence ; celle-ci disparaît alors mais non pas le centre qui subsiste toujours. Votre conscience avons-nous dit, est plus nette, plus vivante que celle du sauvage ; vous réaliserez des progrès semblables à mesure que vous vous élèverez sur l'échelle de l'être et que vous rejetterez voile après voile. Nous devenons plus conscients de l'existence, plus conscients de la force du Soi en nous. Les facultés du Soi rayonnent avec d'autant plus d'éclat qu'Il est moins voilé. Par analogie, nous pouvons supposer que le jour où nous atteindrons la Monade, notre conscience sera plus puissante, plus vive, plus près encore de la perfection. Plus vous apprenez vraiment à vivre, plus vos pouvoirs et vos sentiments gagnent en énergie.

Souvenez-vous aussi qu'il ne peut y avoir contrôle que sur des enveloppes, des parties du Non-Moi. Ce serait une erreur de supposer que vous dirigez le Soi. Il n'en est rien. Le Soi n'est soumis à aucune discipline ; Il règne en vous, immortel ; Il est le Maître et non le serviteur. Enveloppe après enveloppe sera soumise au Soi ; corps après corps deviendra Son instrument, jusqu'au jour où vous comprendrez toute la vérité de cette sentence de l'Upanishad : « Tu es le Soi, Celui qui règne en toi, l'Immortel ».

CONFÉRENCE III

LA YOGA CONSIDÉRÉE COMME SCIENCE

Je me propose cette après-midi de vous parler, en premier lieu, des deux grandes méthodes de Yoga, dont l'une s'occupe du Soi et l'autre du Non-Soi.

Laissez-moi vous rappeler tout d'abord que nous nous occupons seulement de la science de la Yoga et non d'autres méthodes d'arriver à l'union divine. C'est sur la méthode scientifique conforme aux principes suivis dans l'Inde ancienne que j'attire ici votre attention. Mais, si je reste dans ces limites, n'oubliez pas qu'il existe encore deux grandes méthodes, celles du *Bhakti* et celle du *Karma*. La Yoga dont nous entreprenons l'étude concerne le *Marga* de *Jnanam* ou de la connaissance. Dans cette voie,

dans ce *Marga* ou sentier, nous constatons, comme partout dans la nature, l'existence de trois subdivisions.

Méthodes.

Relativement à ce que je viens d'appeler les deux grandes méthodes de Yoga, nous remarquons que dans l'une l'homme suit la voie de la connaissance par buddhi, la raison pure, et que dans la seconde il suit la même voie par manas, l'intelligence concrète. Je vous disais hier à propos des subdivisions d'*Antahkarana* qu'il y avait là un processus de qualités se réflétant dans d'autres. Or, dans les limites de l'aspect « connaissance » du Soi, vous trouvez en buddhi le pouvoir de connaître reflété dans la volonté ; en manas le pouvoir de connaître reflété dans l'activité. Si vous vous rappelez ces trois subdivisions, vous constaterez sans peine que les deux méthodes de Yoga se rattachent tout naturellement à deux d'entre elles. Que dirons-nous de la troisième, de la volonté que représente *ahamkara* dans le pouvoir de connaître ? Assurément une voie particulière lui correspond aussi, mais on ne peut guère l'appeler une « méthode ». La volonté brise tous les obstacles et s'élève à force d'inébranlable résolution, sans quitter des yeux le but, et en employant pour

l'atteindre soit buddhi, soit manas. La métaphysique sert à comprendre le Soi ; la science sert à comprendre le Non-Soi ; mais l'une et l'autre sont employées ou rejetées suivant qu'elles répondent ou non aux besoins du moment.

Il arrive souvent que l'homme en qui la volonté prédomine ignore comment il arrive à ses fins ; l'objet désiré tombe entre ses mains mais la manière lui échappe ; il voulait posséder l'objet ; la nature le lui donne. En Yoga nous observons la même ignorance chez l'homme d'*ahamkara*, type secondaire de la volonté dans le pouvoir de connaître. De même que dans l'homme d'*ahamkara* buddhi et manas sont au deuxième rang, de même dans l'homme de buddhi *ahamkara* et manas sont bien présents mais ne jouent qu'un rôle secondaire. L'appui d'*ahamkara* est indispensable au métaphysicien et au savant. Cette faculté de détermination spontanée, cette poursuite méthodique d'un but choisi, voilà qui est nécessaire dans toutes les formes de Yoga. Qu'un yogui se propose de suivre la voie de la connaissance pure, celle de buddhi, ou qu'il veuille suivre la méthode plus active de manas, il lui faut la volonté déterminante pour le soutenir dans sa tâche ardue. Rappelez-vous ce texte de l'Upanishad : « L'homme faible ne peut atteindre le Soi ». La force est nécessaire ; la détermination est nécessaire ; la persévérance est nécessaire. Pour réussir,

tout yogui doit posséder la détermination indomptable qui est la base même de l'individualité.

Examinons maintenant ce que sont ces deux grandes méthodes. L'une, pourrions-nous dire, est la recherche du Soi par le Soi ; l'autre la recherche du Soi par le Non-Soi. Je crois que cette manière de les envisager vous en facilitera l'étude. L'homme qui cherche le Soi par le Soi le cherche par la faculté de buddhi ; sans cesse tourné vers l'intérieur il se détourne du monde extérieur. L'homme qui cherche le Soi par le Non-Soi le cherche par l'activité, par le travail de manas ; il est tourné vers l'extérieur et, par l'étude du Non-Soi, il apprend à connaître le Soi. Le premier suit la voie du métaphysicien, le second la voie du savant.

Vers le Soi par le Soi.

Examinons d'un peu plus près cette voie et ses méthodes particulières. La prédominance de la faculté de buddhi caractérise, avons-nous dit, la voie du métaphysicien, du philosophe dont le but est intérieur et qui s'efforce toujours d'atteindre le Soi en plongeant dans les profondeurs de sa propre nature. Sachant que le Soi est en lui, il essaie de dépouiller successivement tous Ses vêtements, toutes Ses enveloppes et d'arriver, en les rejetant ainsi, à la gloire

du Soi dévoilé. Pour commencer, le philosophe doit renoncer à la pensée concrète et vivre dans les abstractions ; il a donc pour méthode la méditation obstinée, soutenue, patiente, qui seule lui permettra d'arriver à ses fins ; la pensée énergique et sans défaillance par laquelle il passera d'abord des régions concrètes aux régions abstraites du mental, puis de ces régions abstraites au niveau de buddhi où naît le sentiment de l'unité. Continuant à s'élever par les mêmes efforts, il parvient ensuite au stage où buddhi s'épanouit, pour ainsi dire, en âtma, où enfin le Soi paraît dans Sa splendeur, revêtu d'une dernière pellicule de matiere âtmique, enveloppe d'âtma dans le quintuple monde manifesté. Telle est la voie difficile et pénible qui permet d'atteindre le Soi par le Soi.

Le philosophe doit ignorer absolument le Non-Soi et fermer ses sens au monde extérieur qui n'a plus de prise sur lui. Ses sens ne doivent plus répondre à aucune vibration venant du dehors ; il est sourd, il est aveugle en présence des séductions matérielles et de tous les objets qui constituent l'univers du Non-Soi. La solitude lui est utile tant qu'il n'a pas la force de se fermer aux impacts ou attraits extérieurs. Dans l'église catholique romaine les ordres contemplatifs présentent des conditions favorables à qui veut suivre cette voie, parce qu'ils tiennent à l'écart, le plus loin possible, le monde extérieur avec

ses embûches, ses tentations, ses obstacles. Se détournant sans cesse du monde, le yogui doit fixer sur le Soi sa pensée, son attention. Voilà pourquoi les facultés appelées *siddhis* sont de véritables obstacles et non des aides pour les personnes qui suivent cette voie. L'affirmation constamment répétée qu'il faut éviter les *siddhis* implique d'ailleurs beaucoup plus que nos théosophes modernes ne le supposent en général. Ceux-ci déclarent bien que les *siddhis* sont à éviter, mais ils oublient que l'indien qui soutient la même opinion évite d'employer ses sens physiques, parce que ces organes le gênent. Certains théosophes recommandent de ne pas employer les sens des corps astral et mental, mais ne trouvent aucun inconvénient à un libre exercice des sens physiques, ne se doutant pas qu'ils puisse constituer un obstacle. Pourquoi pas ? Si sous leurs formes subtiles les sens sont des obstalces, il en est de même de leurs manifestations plus grossières. Pour l'homme qui s'applique à trouver le Soi par le Soi, tout sens est un obstacle et il n'y a ni logique ni raison à condamner exclusivement les sens plus subtils, en oubliant les tentations des sens physiques qui sont des obstacles tout autant que les premiers. Cette distinction n'existe pas pour qui cherche à comprendre l'univers où il est placé. Dans la recherche du Soi par le Soi, tout ce qui n'est pas le Soi constitue un obstacle ; votre œil, votre oreille,

tout ce qui vous met en rapport avec le monde extérieur est pour vous un obstacle, absolument comme les formes plus subtiles de ces mêmes sens qui vous permettent d'entrer en contact avec les mondes matériels plus subtils que vous appelez l'astral et le mental. Cette crainte exagérée des *siddhis* n'est qu'une réaction passagère ; elle est fondée non pas sur des notions précises mais bien sur des notions incomplètes, et ceux d'entre vous qui condamnent les *siddhis* devraient partager la logique du yogui hindou ou du reclus catholique, qui voient dans tous les sens et dans tous les objets soumis aux perceptions sensorielles des obstacles sur leur route. Beaucoup de théosophes aux Indes et plus encore en Occident s'imaginent que l'acuité des sens physiques et des autres facultés ayant leur siège dans le cerveau physique est un gain considérable mais que, dès que les sens deviennent assez perçants pour atteindre l'astral, ils deviennent dangereux. Cette idée n'est ni rationnelle ni logique. Tous les sens, que vous les appeliez ou non des *siddhis*, sont des obstacles si vous cherchez à atteindre le Soi en vous détournant du Non-Soi.

L'homme qui cherche le Soi par le Soi doit posséder la qualité appelée la « Foi », dans le sens de ce mot que j'ai défini avant-hier : c'est-à-dire la conviction profonde, intense, inébranlable, que la présence du Soi en vous est réelle. Cette conviction seule mérite le nom de Foi. Elle est en vérité au-dessus

de la raison, car la raison ne permet pas de s'assurer que le Soi est réel ; elle n'est point basée sur le raisonnement, car l'homme ne découvre pas le Soi par l'enchaînement des arguments. La foi, c'est le témoignage rendu par le Soi en vous à Sa propre réalité ; cette inébranlable conviction, *shraddha*, est nécessaire à qui veut suivre ce sentier, car sans elle le mental de l'homme faiblirait ; sa persévérance se lasserait à lutter contre les difficultés que présente la recherche du Soi. Seule cette conviction impérieuse que le Soi *est* peut soutenir le pèlerin dans les ténèbres qui descendent sur lui, dans le vide qu'il doit traverser entre le moment où il rejette la vie de ses enveloppes inférieures et celui où il réalise la vie supérieure. Cette foi souveraine est au yogui suivant cette voie ce que l'expérience et le savoir sont au yogui suivant l'autre.

Vers le Soi par le Non-Soi.

Passons maintenant à l'homme qui cherche le Soi par le Non-Soi. C'est la voie du savant, de l'homme qui emploie le manas actif et concret pour se former de l'univers une idée scientifique. Il veut dégager le réel de l'irréel, l'éternel des éléments changeants, le Soi de toutes les formes variables. Comment y parviendra-t-il ? En soumettant à une étude attentive

et rigoureuse toutes les formes éphémères dans lesquelles s'est voilé le Soi ; en étudiant le Non-Soi au-dehors et en lui-même ; en comprenant sa propre nature et, pour cela, en l'analysant ; en étudiant la nature dans les autres aussi bien qu'en lui-même ; en apprenant à se connaître et à connaître ses semblables. Lentement, graduellement, pas à pas, il devra s'élever et rejeter l'une après l'autre toutes les formes matérielles, n'y trouvant pas le Soi qu'il cherche. Quand il s'applique à conquérir le plan physique, il emploie les sens les plus aiguisés pour comprendre et finalement pour rejeter les formes étudiées. « Tout cela, » dira-t-il, « m'est étranger ». Il ne cesse donc de rejeter de nouvelles formes. Il s'élève au plan astral ; là mettant en jeu des sens plus affinés, il étudie le monde astral, mais constate bientôt que ce monde est, lui aussi, impermanent et qu'il ne manifeste pas l'immutabilité du Soi. Après avoir conquis et rejeté le monde astral, il s'élève au plan mental et, dans ce monde nouveau, étudie encore des formes changeantes : « Elles ne sont pas le Soi. » Montant plus haut encore dans sa poursuite des formes, il passe du plan mental au plan buddhique où le Soi laisse entrevoir, unis dans leur manifestation, Son éclat et Sa beauté. Il arrive ainsi, en étudiant la diversité, à concevoir l'unité, à comprendre l'Unique ; il parvient à réaliser le Soi en étudiant le Non-Soi et en séparant le Non-Soi du

Soi. Il accomplit donc par le savoir et l'expérience ce que l'autre accomplit par la pensée pure et par la foi. Dans cette voie qui mène au Soi par le Non-Soi, les *siddhis* sont nécessaires. S'il est impossible d'étudier le monde physique sans les sens physiques, il est tout aussi impossible d'étudier les mondes astral et mental sans les sens correspondants. Déterminez après mûre réflexion le but que vous désirez atteindre ; étudiez ensuite les moyens à employer ; vous ne serez plus embarrassés dans le choix de la méthode à pratiquer et de la marche à suivre.

Il y a ainsi deux méthodes ; gardons-nous de les confondre. Par la pensée pure — voie métaphysique — vous pouvez atteindre le Soi ; mais vous pouvez l'atteindre aussi par la voie de l'observation et de l'expérimentation scientifiques ou voie physique, dans l'acceptation la plus large de ce dernier mot. L'une et l'autre appartiennent à la Yoga ; l'une et l'autre sont mentionnées dans les instructions données par les *Sutras de Patanjali*. Ces instructions ne vous sembleront plus contradictoires, si vous savez distinguer les deux méthodes. Patanjali a donné dans la dernière partie de ses *Sutras* quelques indications sur la manière dont il est possible de développer les *siddhis*.

La Yoga et la morale.

Le point sur lequel je voudrais maintenant m'arrêter et que je vous prie de bien saisir est celui-ci. La Yoga est une science psychologique. Je vous montrerai de plus que ce n'est pas une science éthique, bien que l'éthique lui serve assurément de base. La psychologie et l'éthique sont deux sciences distinctes ; on arrive à la première par l'étude du mental, à la seconde par l'étude de la conduite, destinée à faire régner l'harmonie dans les relations humaines. L'éthique est une science qui s'occupe de la vie ; elle ne cherche à déterminer ni la nature du mental, ni les méthodes qui peuvent assurer le développement et l'évolution des facultés mentales. J'insiste sur ce fait, parce qu'il est souvent mal compris. Si vous ne vous rendez compte de ce qu'il faut entendre par la Yoga, vous ne comprendrez pas. On se figure à tort que les préceptes de morale et d'éthique doivent nécessairement faire partie de la Yoga. Si Patanjali résume dans les deux premières *angas* de la Yoga, nommées *yama* et *niyama*, les principes universels de la morale et de la bonne conduite, ces principes ne constituent pas le sujet principal ; ils en forment, comme je viens de le dire, le fondement. Aucune pratique de Yoga n'est possible sans pos-

séder les qualités morales ordinaires résumées en *yama* et *niyama*. Cela va sans dire, mais il ne faut pas vous attendre à trouver des préceptes d'éthique dans un traité scientifique de psychologie, tel que la Yoga. Si vous étudiez la science de l'électricité, vous n'y rencontrez pas de préceptes de morale. Pourquoi s'étonner de l'absence des mêmes principes en étudiant la Yoga qui est la science de la psychologie ? Je ne dis pas que la moralité n'ait pas d'importance pour le yogui ; elle en a au contraire beaucoup, étant absolument nécessaire pour chacun dans les premiers stages de la Yoga. Mais pour le yogui qui les a dépassés, la moralité n'est pas nécessaire s'il veut suivre le sentier de la main gauche. N'oubliez par qu'il y a en Yoga un sentier de la main gauche aussi bien qu'un sentier de la main droite. Dans le premier la Yoga se pratique comme dans le second. Cependant, bien que l'ascétisme y soit toujours observé au début et souvent même plus tard, la vraie moralité en est absente. La morale du Magicien Noir est souvent aussi rigoureuse que celle d'un Frère de la Loge Blanche ; les disciples de l'un pratiquent souvent un ascétisme plus sévère que les disciples de l'autre, mais leur objet n'est pas de se purifier pour l'amour de l'humanité ; ils veulent purifier le véhicule pour mieux s'assurer le pouvoir. C'est le mobile qui distingue le Magicien Blanc du Magicien Noir. L'un, par exemple, qui suit le sentier de

droite, s'abstient de viande parce que cette nourriture s'obtient en violant la loi de compassion. L'autre qui suit le sentier de gauche peut, lui aussi, renoncer au régime carné, mais seulement parce que son véhicule lui rendrait moins de services s'il était saturé des éléments rajasiques de la viande. La différence est dans le mobile. L'action extérieure est la même et, sans autre critérium, ces deux hommes peuvent passer pour moraux. C'est le mobile qui détermine le sentier adopté ; la conduite est souvent identique.

Il est moral de s'abstenir de viande, car vous réduisez ainsi la somme de souffrance infligée aux animaux, mais ce n'est pas un acte moral que de s'abstenir de viande en se plaçant au point de vue de la Yoga ; ce n'est qu'un moyen employé pour atteindre un but. Plusieurs des plus grands yoguis dont parle la littérature hindoue étaient, et sont encore, des hommes que l'on peut, à juste titre, appeler des Magiciens Noirs : ils n'en sont pas moins des yoguis. L'un des plus grands fut Ravana, l'Antéchrist, l'Avatara du mal, qui concentra en sa propre personne toute l'iniquité de ce monde pour s'opposer à l'Avatara du bien. Ce fut un grand, un merveilleux yogui et c'est par la Yoga qu'il acquit sa puissance. Yogui type du Sentier de gauche, grand destructeur, il pratiqua la Yoga pour obtenir le pouvoir de détruire, pour arracher au Logos Planétaire le privilège de ne jamais

tomber sous les coups d'aucun adversaire. Mais, me direz-vous peut-être, il est bien étrange qu'un homme puisse arracher à un Dieu un pouvoir semblable. Les lois naturelles sont l'expression de la Divinité ; en observant une de ces lois, l'homme en recueille les conséquences infaillibles, qu'il nuise à ses semblables on qu'il les serve. Il est indéniable qu'un savant peut être à son gré moral ou immoral pourvu que sa vue ou son système nerveux ne souffrent pas de son inconduite. Il en est de même en Yoga. La moralité est d'une extrême importance, mais n'affecte pas ces questions particulières. On ne peut méconnaître ce fait sans se perdre constamment dans des fondrières et modifier le point de vue moral, soit en l'abaissant, soit en le maintenant à niveau absurde. Efforcez-vous de comprendre, comme devrait le faire tout théosophe ; quand vous aurez compris vous éviterez les lourdes erreurs de beaucoup d'entre vous et l'étonnement qu'ils éprouvent en s'attendant à voir les lois spéciales à telle région de l'univers produire des résultats dans une autre. Le savant ne confond pas ; il sait qu'une découverte en chimie ne dépend pas de sa moralité personnelle et ne songerait pas à exercer la charité afin de découvrir un élément nouveau ; ses expériences faites dans les conditions voulues réussissent, quelle que puisse être son inconduite d'homme privé. Ce sont là deux ordres d'idée distincts ; il ne confond pas leurs lois,

La justice d'Ishvara étant absolue, l'homme qui se soumet à une loi recueille les fruits de cette loi, que ses actes dans tout autre domaine servent, ou non, l'humanité. Semez du riz et vous récolterez du riz. Semez de mauvaises herbes et vous récolterez de mauvaises herbes. Chaque semence produit la semence correspondante; la moisson est conforme aux semailles, car dans notre univers la loi est souveraine; nos conquêtes, nos succès sont dus à la loi.

Quel rôle jouera donc la moralité? S'agit-il d'un Magicien suivant le sentier de droite, membre actif de la Loge Blanche, la moralité est un facteur d'une importance capitale; apprenant à servir l'humanité, il est astreint à la moralité la plus haute et non pas seulement à la moralité telle qu'on l'entend dans ce monde, car le rôle du Magicien Blanc est de favoriser l'harmonie des relations humaines. Le Magicien Blanc doit être patient. Le Magicien Noir peut fort bien être brusque. Le Magicien Blanc doit être compatissant; la compassion agrandit sa sphère d'action et il cherche à faire entrer l'humanité entière dans le domaine de sa conscience. Il n'en est pas de même du Magicien Noir qui peut se permettre d'ignorer la compassion.

Un Magicien Blanc peut s'efforcer d'acquérir la puissance mais il n'a d'autre but que de servir l'humanité, de lui être utile, de devenir pour l'aider un serviteur plus actif. Le Frère du côté Noir a d'autres

vues. S'efforce-t-il d'acquérir la puissance, c'est pour lui-même, afin de l'employer contre le monde entier. Il peut-être dur et cruel, car il cherche à s'isoler et la dureté et la cruauté tendent à l'isolement. Il veut acquérir la puissance et, la possédant pour lui-même, il peut pour ainsi dire s'opposer pendant quelque temps à la Volonté Divine dans l'Evolution.

Le premier a pour fin le *Nirvâna*, où toute séparation disparaît. Le second a pour fin *l'Avitchi* ou l'isolement absolu, le *Kaivalyam* du Magicien Noir. Tous deux sont des yoguis ; tous deux pratiquent la Yoga ; chacun obtient les résultats de la loi qu'il a suivie, l'un le *Kaivalyam* du *Nirvâna*, l'autre le *Kaivalyam* du *l'Avitchi*.

Les états du mental et leur composition.

Passons aux « états du mental », comme on les appelle. Le mot dont Patanjali se sert pour les désigner est *Vritti*. Le sanscrit, langue admirablement construite, vous donne dans cette expression même le sens qui lui est propre. Ses *Vrittis* signifient « l'être » du mental, les manières dont il peut exister, les modes du mental, de la vie mentale, les façons d'exister. Tel est le sens littéral. Un sens secondaire est : « tourner en rond », « se mouvoir en cercle ».

Il faut en Yoga interrompre tous les modes d'exis-

tence sous lesquels se manifeste le mental. Pour vous aider à acquérir le pouvoir de les faire cesser, (car vous n'y parvenez qu'en les comprenant bien), l'auteur vous prévient que leur nature est quintuple.

Ce sont des *pentades*. La *sutra*, telle qu'on la traduit habituellement, dit bien que « les *vrittis* sont quintuples (*panchatayya*) », mais ce dernier mot est mieux rendu par l'expression *pentade*, qui rappelle immédiatement les termes *monade*, *triade*, *heptade*, employés par le chimiste lorsqu'il s'occupe des éléments. Les rapports existant entre ces éléments et l'unité diffèrent ; les uns n'ont avec elle qu'un seul rapport ; on les appelle *monades* ; d'autres en ont deux ; ce sont les *duades*, et ainsi de suite. Ce principe est-il également applicable aux états du mental ? Rappelez-vous la shloka de la *Bhagavad-Gita* dans laquelle il est dit que le Jiva pénètre dans le monde extérieur en s'entourant des cinq sens et d'un sixième, le mental.

Ce texte peut jeter une certaine lumière sur notre sujet. Vous possédez cinq sens, les cinq manières de connaître, les cinq *Jnanendryas* ou organes de la connaissance. Eux seuls vous permettent de connaître le monde extérieur. La psychologie occidentale affirme que rien n'existe dans la pensée qui n'existe déjà dans la sensation. Universellement, ceci n'est pas exact et ne peut s'appliquer ni au mental abstrait, ni même entièrement au mental concret. Le principe

énoncé renferme pourtant une bonne part de vérité. Toute idée est une pentade, étant composée de cinq éléments dont chacun est dû à l'un de nos sens, qui sont jusqu'à présent au nombre de cinq. Plus tard toute idée sera une heptade composée de sept éléments. Pour le moment chacune présente cinq qualités constitutives ; le mental les unit en une seule pensée, synthèse des cinq sensations. Si, pensant à une orange, vous analysez cette pensée, vous y trouverez les éléments suivants : la couleur donnée par l'œil, le parfum donné par l'odorat, le goût donné par la langue, la nature, rugueuse ou lisse, du fruit donnée par le toucher et, si votre ouïe était plus développée, vous percevriez par l'oreille comme des sons musicaux, les vibrations des molécules. Si votre ouïe était parfaite, vous entendriez également le son de l'orange, car il n'y a pas de vibration qui ne soit accompagnée de son. Tout cela, dont l'idée formée par le mental est la synthèse, constitue l'orange.

C'est ici qu'il faut chercher la raison fondamentale de « l'association des idées ». Un parfum rappelle bien le lieu et les circonstances dans lesquels le parfum a été perçu, mais il y a plus : chaque impression a passé par les cinq sens ; aussi, quand l'une est ravivée, les autres renaissent-elles à leur tour. Le mental agit comme un prisme. Placez un prisme dans un rayon de lumière blanche ; il le

décompose en sept rayons constitutifs et fait naître sept couleurs. Placez un autre prisme sur le trajet des sept rayons et ceux-ci, en le traversant, détermineront le phénomène inverse : les sept rayons redeviennent un rayon unique de lumière blanche.

Nous pouvons comparer le mental au second de ces prismes : il s'empare des cinq impressions obtenues par les sens et les combine en une perception unique. Comme, au stage actuel de l'évolution, les sens ne sont qu'au nombre de cinq, le mental unit les cinq sensations en une seule idée. Ce que le rayon blanc est à la lumière décomposée en sept couleurs, une pensée ou idée l'est à la sensation quintuple. Tel est le sens de cette sutra qui a prêté à tant de controverses : « *Vrittayah panchatayyah* », « les *Vrittis*, ou modes du mental, sont des pentades. » Si vous envisagez ainsi la question, les enseignement qui suivront gagneront en clarté.

Comme je l'ai déjà dit, l'aphorisme que rien n'existe dans la pensée qui déjà ne soit présent dans la sensation, n'est qu'une vérité partielle. Manas, le sixième sens, ajoute aux sensations sa propre nature purement élémentale. Comment la définir ? Ce qu'ajoute le mental est une réalité une relation nouvelle. Penser consiste toujours à « établir des relations » et plus vous réfléchirez à cette définition, plus vous constaterez qu'elle s'applique à toute la variété des opérations mentales.

Le premier signe d'activité de notre mental consiste à devenir conscient du monde extérieur. Cette impression peut être encore très vague mais nous commençons à sentir qu'il y a quelque chose d'extérieur à nous-mêmes : c'est le processus que nous appelons généralement « perception ». Je préfère le terme plus général « établissement d'une relation », car il peut s'appliquer à toute la gamme des processus intellectuels, tandis que percevoir n'est qu'une opération unique. Prenons une comparaison bien connue. Quand un petit enfant se sent piqué par une épingle, il est conscient de la douleur, mais ne l'est pas tout d'abord de l'épingle. Point de perception, car percevoir c'est rattacher une sensation à l'objet qui la fait naître. Dans le sens technique du mot vous ne « percevez » que lorsque vous établissez une relation entre l'objet et vous-mêmes. C'est le premier de tous les processus du mental et suit immédiatement la sensation. En Orient, bien entendu, la sensation est considérée, elle aussi, comme une fonction mentale, car les sens font partie de la faculté de connaître ; mais la psychologie occidentale les place malheureusement au nombre des sentiments.

Quelle est l'activité mentale qui va suivre l'établissement d'une relation entre vous-mêmes et les objets extérieurs ? Le raisonnement, c'est à dire l'établissement de relations entre les différents objets,

tout comme la perception est l'établissement de relations avec un objet unique. Ayant perçu de nombreux objets, vous commencez à raisonner afin d'établir des relations entre eux. Raisonner, c'est établir une relation nouvelle, résultat de la comparaison entre eux des différents objets que la perception a mis en rapport avec vous. Le résultat est un « concept ».

L'expression « établissement de relations » est constamment exacte. Penser consiste toujours à établir des relations et cela est naturel car c'est en établissant une relation que le Penseur Suprême a fait naître la matière. Si, en établissant cette relation primordiale entre Lui-même et le Non-Soi, Il rend possible l'existence d'un univers, nous-mêmes, possédant en nos âmes le reflet de Ses pouvoirs, nous pensons suivant un principe identique, nous établissons des relations et pratiquons toute opération intellectuelle.

Le plaisir et la souffrance.

Passons maintenant à une autre sentence de ce grand Instructeur en Yoga. « Les pentades sont de deux sortes, douloureuses et non douloureuses ».

Pourquoi ne dit-il pas « douloureuses et agréables ? » Parce que, en penseur précis et logique,

il emploie la division logique comprenant l'univers dans sa totalité, l'*A* et le *Non-A*, le douloureux et le non-douloureux. Existe-t-il un troisième élément? « l'indifférent? » Les psychologues sont loin d'être d'accord sur ce point. Suivant les uns tout sentiment est ou douloureux, ou agréable, ou indifférent. Il ne suffit pas, disent-ils, de diviser les sentiments en deux catégories seulement; il en existe une troisième, celle des indifférents qui ne sont ni douloureux ni agréables. D'autres psychologues soutiennent que l'indifférence n'est au fond que de la douleur ou du plaisir, si peu prononcés qu'on ne sait comment les désigner.

Il serait possible d'éviter ces controverses et cette imprécision en adoptant tout d'abord une division logique. *A* et *Non-A*, telle est la seule division exacte et logique. Patanjali est absolument logique et dans le vrai. Afin d'éviter les sables mouvants où se sont enlisés les psychologues modernes, il divise tous les *vrittis* ou modes du mental, en douloureux et non-douloureux.

Il y a pourtant une raison psychologique pour employer les mots « plaisir » et souffrance », malgré leur illogisme : c'est qu'Ils expriment deux états fondamentalement distincts, non pas dans le Soi, mais dans les véhicules qu'il babite. La nature du Soi étant sans bornes, Il résiste pour ainsi dire, à toutes les limites qui tendent à l'enserrer. Quand elles re-

culent un peu devant cette pression constante du Soi, nous éprouvons du « plaisir » ; quand elles restent fixes ou se resserrent nous éprouvons de la « souffrance ; » elles représentent moins des modalités du Soi que des modalités de Ses véhicules, et ces modalités déterminent dans la conscience certains changements. Le plaisir et la souffrance appartiennent au Soi tout entier et non à aucun de Ses aspects envisagé séparément. Les rattache-t-on exclusivement à l'aspect « désir », une objection se présente à l'esprit : « C'est un plaisir extrême que d'exercer la faculté de connaître. On ne peut mettre en jeu la faculté créatrice du mental sans éprouver une joie profonde et cependant cette faculté ne peut, en aucune façon, être mise au nombre des désirs ». La réponse est celle-ci : Le plaisir appartient au Soi tout entier. Quand les véhicules cèdent à l'action du Soi et lui permettent de Se dilater, comme le veut Sa nature éternelle, l'homme éprouve ce que l'on appelle du « plaisir ». Pour citer une expression très juste : « Le plaisir est un sentiment d'augmentation ». Chaque fois que vous éprouvez du plaisir, vous pouvez constater que le mot d'augmentation correspond à l'impression éprouvée. Il correspond par exemple au plaisir le moins relevé, celui de manger. Vous « augmentez » en vous appropriant une partie du Non-Soi, c'est-à-dire les aliments. Le même mot correspond à l'état de béatitude le plus exalté, à

l'union avec la Vie Suprême. Vous « augmentez » grâce à l'expansion de votre être se confondant avec l'infinité du Soi. Lorsqu'une expression peut s'appliquer à des cas aussi diamétralement opposés, il est très probable qu'elle peut s'appliquer à tous et que, par conséquent, l'aphorisme « le plaisir est une augmentation et la souffrance un amoindrissement » est vrai.

Si vous comprenez ces choses votre philosophie de l'existence deviendra plus pratique et vous serez à même d'aider plus efficacement les personnes dévoyées. S'agit-il d'un buveur? Ce qui fait en réalité l'attrait de la boisson, c'est qu'au début elle cause une exaltation, une recrudescence de vie. L'homme qui s'enivre dépasse ce stage ; alors le charme cesse. L'attrait n'appartient qu'à la première phase comme le savent beaucoup de gens. Examinez des personnes qui prennent du vin et notez comme leur conversation s'anime. Là est l'attrait, le danger.

Les formes de péché les plus grossières sont en réalité séduisantes parcequ'elles donnent le sentiment d'une augmentation de vie et jamais vous n'arracherez le pécheur à son vice, si vous ignorez pourquoi il s'y livre. Sachez comprendre l'attrait du premier pas, cette recrudescence vitale et, déterminant le point précis où réside la tentation, c'est sur ce point que vous baserez votre argumentation.

Cette espèce d'analyse n'est donc pas seulement intéressante, elle est pratiquement utile à toute personne soucieuse d'aider l'humanité. Plus vos connaissances sont étendues, plus grand est votre pouvoir d'aider.

Pourquoi, se demandera-t-on encore, Patanjali ne divise-t-il pas les sensations en agréables et-non agréables, plutôt qu'en douloureuses et non-douloureuses ? Un anglais répondra sans doute : « L'hindou est d'un caractère si pessimiste que tout naturellement il ignore le plaisir et parle de sensations douloureuses et non-douloureuses. Pour lui la souffrance règne partout dans l'univers ». Mais cette réponse ne serait pas juste. D'abord l'hindou n'est pas pessimiste ; c'est le plus optimiste des hommes ; toutes ses écoles philosophiques sans exception posent en principe que le but de toute philosophie est de mettre fin à la souffrance. Seulement l'hindou est profondément raisonnable : il sait que nous n'avons pas besoin de chercher partout la félicité ; nous la possédons déjà, puisqu'elle est l'essence même de notre propre nature. Les Upanishads ne disent-ils pas : « Le Soi est béatitude ? » Le bonheur existe perpétuellement en vous ; il constitue votre état normal. Vous n'avez pas à le chercher et vous serez infailliblement heureux, si vous renversez les obstacles nommés « souffrance » qui résident dans les modalités mentales. Ce n'est pas le bonheur mais

bien la souffrance qui est un élément secondaire et cet élément pénible constitue l'obstacle à supprimer ; à sa destruction doit succéder le bonheur. D'où la sentence de Patanjali : « Les *vrittis* sont douloureux et non-douloureux ». La souffrance est une excroissance ; c'est une chose transitoire. Le Soi qui est béatitude étant la vie qui sature l'univers, la souffrance n'a pas dans cet univers de place permanente. Tel est le point de vue hindou, de tous le plus optimiste.

Arrêtons-nous un instant et demandons-nous : « Pourquoi la souffrance si le Soi est béatitude ? »

C'est précisément parce que la béatitude est la nature même du Soi. Il eût été impossible de diriger le Soi vers l'extérieur et de l'amener à Se manifester, s'il n'avait reçu que des flots de félicité. Cette félicité n'eût pas fait d'impression sur Lui. Comment rien ajouter à la béatitude infinie ? Un fleuve que nul obstacle ne ralentit reçoit imperturbablement des eaux étrangères ; il poursuit sa course comme si rien n'était. Opposez-lui un obstacle, sa marche se ralentira et ses flots, luttant avec fureur contre le barrage, s'efforceront de le renverser. L'obstacle, le ralentissement du courant naguère si paisible, telle est la seule cause de l'effort. C'est aussi la fonction principale de la souffrance, seule influence capable de tirer le Soi de son indifférence et d'éveiller son attention. Sentant les vagues de la souffrance se briser contre

lui, le Soi jusque là paisible, heureux, rêveur, absorbé en lui-même, le Soi s'éveille : « Qu'est-ce que cette force contraire à ma nature, hostile et répulsive ? » Et le Soi enfin réveillé s'aperçoit qu'un univers, qu'un monde extérieur l'entoure.

Voilà pourquoi en psychologie, en Yoga toujours basée sur l'ultime analyse des faits de la nature, la souffrance s'affirme comme le facteur le plus important pour arriver à se connaître. Un élément étranger à lui-même, voilà l'aiguillon qui déterminera le plus sûrement l'activité du Soi. Aussi le commentateur, en parlant de la souffrance, déclare-t-il que le réceptacle karmique, le corps causal où sont recueillies toutes les semences du karma, est constitué par toutes les expériences pénibles. D'où le grand aphorisme : « la souffrance a pour objet principal dans l'univers, d'éveiller le Soi, de le diriger vers le monde ambiant, d'évoquer son aspect activité. »

La souffrance joue un rôle secondaire : celui d'organiser les véhicules. Elle oblige l'homme à l'effort et, grâce à cet effort, la matière constitutive de ses véhicules s'organise graduellement. Pour développer et organiser vos muscles, il faut leur imposer des efforts, il faut les exercer afin d'y appeler une vie plus abondante et ainsi de les rendre forts. La souffrance est nécessaire ; grâce à elle le Soi contraint ses véhicules à des efforts qui les développent et les organisent. Ainsi, non seulement la souffrance

éveille le sentiment de la vie extérieure, mais encore elle organise les véhicules.

Elle remplit une troisième fonction : elle purifie. Nous cherchons à nous délivrer de ce qui nous fait souffrir. C'est un élément qui nous est, au fond, étranger et nous nous efforçons de le rejeter. La souffrance détermine l'expulsion de tout élément contraire à la béatitude propre au Soi. Les véhicules sont ainsi lentement purifiés par la souffrance et deviennent capables de servir d'instruments au Soi.

La souffrance remplit une quatrième fonction : elle instruit. Les leçons les plus précieuses données par l'existence sont dues à la douleur plus qu'à la joie. En avançant en âge, comme moi, en jetant un coup d'œil en arrière sur une vie déjà longue, avec tous ses orages et toutes ses luttes, on ne peut méconnaître les grandes leçons qu'enseigne la douleur. J'effacerais sans regret, dans l'histoire de ma vie, tout ce qu'elle contient de joie et de bonheur, mais je ne voudrais perdre aucune de ses souffrances, car souffrir c'est nous élever à la sagesse.

La souffrance emplit une cinquième fonction : elle donne le pouvoir. Dans son admirable poème intitulé « L'Homme et Satan », Edward Carpenter, après avoir décrit les luttes et les victoires, s'écrie : « Toute souffrance éprouvée par moi dans un corps devint un pouvoir dont je disposai dans le corps sui-

vant ». Le pouvoir est une transmutation de la souffrance.

Aussi le sage, averti, ne recule-t-il pas devant la souffrance ; elle représente à ses yeux la purification, la sagesse, le pouvoir.

L'homme, il est vrai, peut subir de telles souffrances que sa sensibilité s'émousse et devienne absolument, ou relativement, inutile. C'est surtout le cas lorsque son enfance a été très malheureuse. Il n'en recueillera pas moins sûrement les bienfaits ; ses actions passées ont peut-être rendu inévitables ses douleurs actuelles, mais il lui appartient de les transformer en occasions de progrès bénies, s'il connaît et utilise leur fonction.

« Mais », direz-vous, « à quoi bon le plaisir. si la souffrance est une chose aussi admirable ? »

Le plaisir mène à l'illumination ; il permet au Soi de Se manifester ; grâce à lui tous les véhicules du Soi s'accordent ; ils vibrent simultanément et leurs vibrations sont rythmiques ; elles ne se heurtent plus comme dans la souffrance et, grâce à leur caractère rythmique, permettent l'expansion dont j'ai parlé tout à l'heure et amènent à l'illumination, à la connaissance du Soi. S'il en est ainsi — et rien n'est plus certain — vous reconnaîtrez que le plaisir joue dans la nature un rôle immense, car il est de même nature que le Soi et lui appartient. En harmonisant sous l'influence du monde ambiant les enveloppes

du Soi, il Lui permet de Se manifester plus largement à travers nos véhicules inférieurs. Aussi le bonheur est-il une des conditions de l'illumination. De là l'importance, pour le mystique, de ses moments d'extase : il y goûte une joie intense. Une irrésistible vague de béatitude, due à l'amour triomphant, parcourt son être tout entier ; en même temps elle accorde tous ses véhicules, subtils ou grossiers ; la gloire du Soi se manifeste et l'homme contemple la face de son Dieu. C'est précisément parce que le Soi réalise un instant Sa propre nature divine, qu'il Lui est possible de voir cette Divinité dont Il partage l'essence. Ne craignez donc pas la joie plus que la souffrance, comme le font certaines personnes ignorantes dont l'essor est paralysé par leurs convictions religieuses fausses. L'idée absurde, fréquente dans une religion mal éclairée, qui met en garde contre la joie, comme si Dieu refusait la joie à Ses enfants est un des cauchemars nés de l'ignorance et de la terreur. Le Père de la vie est béatitude. Comment Lui qui est la joie même, Se refuserait-Il à Ses enfants ? Toute joie ici-bas est un reflet de la Vie Divine, une manifestation du Soi au sein de la matière. Ainsi le plaisir a son utilité, tout comme la souffance ; le sage sait l'accueillir, car il la comprend et l'utilise. Il est facile de voir pourquoi le plaisir et la souffrance sont également les bienvenus. Ne s'identifiant ni avec l'une ni avec l'autre, le sage les reçoit

comme elles viennent, car il connaît leur but. Si nous comprenons leur raison d'être, elles ne peuvent plus nous entraver, ni nous ébranler. La souffrance vient-elle à nous, nous la recevons et l'utilisons. Est-ce la joie, nous la recevons et l'utilisons de même. Il est donc possible de traverser l'existence en faisant aussi bon accueil à la joie qu'à la souffrance. Nous sommes satisfaits, que l'une ou l'autre vienne à nous, sans désirer celle qui, pour le moment, est absente. Toutes deux nous aident à nous rapprocher du but désiré ; elles nous permettent ainsi d'atteindre une indifférence plus haute que celle du stoïcien et d'acquérir la *vairagya* véritable. Dès lors nous nous sommes élevés au-dessus de la joie et de la souffrance et le Soi demeure, Lui qui est béatitude.

CONFÉRENCE IV

En traitant hier la troisième partie de notre sujet, j'ai attiré votre attention sur les états du mental, en vous montrant que, d'après l'étymologie du mot sanscrit *vritti*, ces états doivent être regardés comme des manières dont le mental existe ; pour employer le terme philosophique occidental, ce sont des modalités du mental, de l'existence mentale. Voilà les états qu'il faut empêcher, supprimer, abolir, réduire à l'inactivité absolue. Cette inhibition a pour objet de déterminer un état permettant au mental supérieur de s'épancher dans le mental inférieur. En d'autres termes le mental inférieur, que nulle influence ne trouble ni n'agite, reflète le mental supérieur comme un lac aux eaux paisibles reflète les étoiles. Rappelez-vous un passage de l'Upanishad exprimant cette idée d'une façon moins technique mais en

termes plus élevés et déclarant que, dans le calme du mental et dans la tranquillité des sens, l'homme peut contempler la majesté du Soi. La méthode à suivre pour produire ce calme est le point que nous avons à considérer maintenant.

L'inhibition des états du mental.

Il y a deux manières, et deux manières seulement, d'assurer l'inhibition de ces modes, de ces manières d'exister, du mental. Shri Krishna les indique dans le *Bhagavad-Gita* lorsque Arjuna se plaint de ce que la mental est impétueux, fort, intraitable, aussi difficile à gouverner que le vent. Sa réponse est nette :

« Sans doute, ô héros, le mental est mobile et difficile à saisir ; mais par une pratique constante et par l'expulsion des passions, il peut être maîtrisé » (1).

Telles sont les deux méthodes, les seules par lesquelles notre mental, agité sans trêve ni repos peut être réduit à la paix et à la quiétude ; *vairagya* et *abhyasa* ; il n'en existe point d'autre mais, appliquées avec persévérance, elles amènent infailliblement au but.

Quel est le sens de ces deux termes si familiers ?

(1) *Loc. cit.*, VI, 34, 35,

Vairagya ou l'absence de passion, implique avant tout l'idée de supprimer toute passion, tout désir pour les objets des sens ; par suite, l'idée de supprimer les liens créés par le désir entre l'homme et les objets qui l'entourent. *Raga* signifie passion, goût, ce qui nous attache aux objets. Le préfixe, *vi* transformé en *vai*, suivant une règle grammaticale, signifie extérieur ou opposé à. La *Vairagya* est donc l'absence de passion ; elle est synonyme de liberté, d'indépendance, d'absence de toute relation avec ces objets extérieurs. La pensée, ne l'oublions pas, consiste à établir des relations. La suppression de ces relations imposera donc au mental le calme qui est la Yoga. Toute *raga* doit être absolument écartée ; il faut nous en séparer ; il faut faire naître en nous l'état contraire, où nulle passion ne subsiste, où nulle attraction pour les objets des sens ne survit, où tous les liens rattachant l'homme aux objets qui l'entourent sont brisés. « Quand les liens du cœur sont brisés l'homme devient immortel ».

Comment arriver à supprimer la passion ? La seule manière légitime est de nous détacher lentement et progressivement des objets extérieurs, grâce à l'attraction plus puissante exercée par le Soi. Le Soi est toujours attiré par le Soi et cette attraction est la seule qui puisse détourner nos véhicules des objets séduisants ou repoussants dont ils sont environnés. Délivré de toute *raga*, ayant

cessé d'établir des relations avec les objets, le Soi séparé se reconnaît libéré, indépendant et n'éprouve plus qu'un seul désir, celui de s'unir au Soi unique. Ce n'est pas instantanément, par un suprême effort, dès la première tentative, que cette grande qualité appelée l'absence de passion peut devenir la caractéristique de l'homme décidé à devenir yogui. Il faut, sans trêve ni repos, s'exercer à dépouiller toute convoitise. Cette idée est impliquée par le terme *abhyasa* ou exercice, joint à celui de *vairagya*. Dans cet effort point d'arrêt, point d'interruption, point de défaillance. « Exercice » ne signifie pas simplement ici « méditation », bien que ce soit le sens qu'on lui attribue en général. « Exercice » signifie le dépouillement systématique et de tous les instants, au milieu des objets qui attirent.

Pour éliminer toute passion, il faut s'exercer dans les circonstances de la vie journalière. Beaucoup de personnes, ai-je dit, ne voient dans *abhyasa* que la méditation. Voilà pourquoi si peu d'aspirants arrivent à la Yoga. Une autre erreur est d'attendre une grande occasion. En se préparant à quelque sacrifice immense, l'on oublie les liens de l'existence quotidienne qui lient le mental aux objets par d'innombrables et imperceptibles attaches. Ces faits, par leur insignifiance même, échappent à l'observation et, en voulant attendre le grand événement qui ne vient pas, l'homme ne se détache point des

petites choses qui l'entourent, comme il pourrait le faire chaque jour. En réfrénant au contraire nos désirs d'instant en instant, nous finissons par devenir indifférents aux objets qui nous entourent et, le jour où survient la grande occasion, nous la saisissons avant même de bien réaliser qu'elle se présente à nous. S'exercer chaque jour et à chaque heure, voilà ce qui est exigé de l'aspirant yogui, car c'est la seule manière de réussir. Et c'est précisément le caractère fastidieux de ces efforts pénibles et soutenus qui rebute la plupart des candidats.

Je dois ici vous mettre en garde contre un danger. Il y a bien une manière expéditive de se dépouiller rapidement de tout désir. « Tuez en vous-mêmes », vous dira-t-on, « tout amour et toute affection ; endurcissez vos cœurs ; devenez froids à tout votre entourage ; abandonnez femme, enfants, parents ; fuyez vers le désert ou vers la jungle ; élevez une muraille entre vous-mêmes et les objets désirables : la convoitise n'existera plus pour vous ».

Je reconnais qu'il est relativement facile d'arriver de cette façon à rejeter tout désir, mais du même coup vous tuez plus que le désir. Vous enfermez le Soi, qui est Amour, dans des murailles qu'il ne peut percer. Vous vous paralysez vous-mêmes en formant autour de vous une coque épaisse, impossible à briser. Vous vous endurcissez au lieu de vous adoucir ; vous vous isolez au lieu d'ouvrir les bras à vos sem-

blables ; vous tuez l'amour même en étouffant le désir, oubliant que, si l'amour s'attache au Soi, et s'il le cherche, le désir se cramponne aux enveloppes du Soi, aux corps dont le Soi est revêtu. L'amour est le désir du Soi séparé qui aspire à s'unir à chaque autre « Soi » séparé. L'absence de passion consiste à n'éprouver aucune attraction pour la matière, ce qui est très différent. Il faut conserver l'Amour, car il est l'essence même du Soi ; ne le tuez pas dans votre ardeur à dépouiller la convoitise. L'Amour est la Vie en chacun de nous, parcelles isolées du Soi, et nous attire les uns aux autres. Chacun de nous fait partie d'un ensemble immense. Supprimez le désir en ce qui concerne les véhicules du Soi mais ne supprimez pas l'Amour en ce qui concerne le Soi lui-même, car l'Amour est la force immortelle qui unit le Soi au Soi. Dans notre longue ascension, il vaut mille fois mieux souffrir de l'Amour que de le rejeter et d'endurcir vos cœurs contre tous les liens et tous les devoirs de l'affection. Souffrez pour l'Amour, même si la souffrance est cruelle. Aimez, si même l'Amour vous mène à la douleur. Vos peines passeront, mais l'Amour ne cessera de grandir et, dans l'unité du Soi, vous découvrirez enfin que l'Amour est la grande force d'attraction qui réunit en un seul tous les éléments séparés.

Beaucoup de personnes en cherchant à tuer l'Amour ne font que reculer et leurs efforts mal di-

rigés, loin de les élever au-dessus de l'humanité, leur font perdre rang parmi les hommes. Les liens humains de l'amour et de la sympathie favorisent, assurent l'épanouissement du Soi. Les Maîtres, nous est-il dit, aiment toute l'humanité comme une mère aime son fils premier-né. Leur Amour n'est pas un Amour réfrigéré, mais un Amour aussi ardent que les affections particulières les plus hautes éprouvées par les âmes moins évoluées. Défiez-vous toujours d'un instructeur qui vous conseille de tuer en vous l'Amour et d'être indifférents aux affections humaines. Cette méthode-là conduit au sentier de la main gauche.

La méditation avec ou sans « semence. »

Le point à examiner maintenant est notre manière de méditer. Qu'entendons-nous par méditation ? Elle ne peut être la même pour chacun. Si le principe en est invariable — et je veux parler de la discipline mentale — la méthode doit cependant varier avec le tempérament de celui qui la pratique. Êtes-vous doué d'une intelligence puissante ? Aimez-vous raisonner ? L'enchaînement des pensées et des arguments a-t-il été pour vous le seul exercice mental ? Mettez cette éducation à profit. Ne croyez pas qu'un seul effort suffise pour apaiser le mental. Pas à pas,

maillon après maillon, suivez la chaîne d'un raisonnement logique, sans laisser votre mental s'en écarter de l'épaisseur d'un cheveu. Ne lui permettez pas de se dérober vers d'autres lignes intellectuelles ; contraignez-le à toujours suivre la même voie et graduellement il deviendra fixe. Puis, étant arrivé au point culminant de votre raisonnement, ayant atteint le dernier maillon de votre enchaînement logique, quand le mental est incapable de vous mener plus loin et qu'au-delà vous n'apercevez plus rien, arrêtez-vous et là, concentré sur le point culminant, cramponné au dernier maillon, gardez le mental en suspens, fixe, en éveil, paisible, dans l'attente de ce qui peut survenir. Vous parviendrez bientôt à prolonger considérablement cette attitude.

Votre imagination est-elle au contraire plus puissante que votre raisonnement? La méthode de la dévotion est préférable à celle des arguments. Appelez à votre aide l'imagination. Représentez-vous mentalement une scène quelconque, ayant pour figure centrale l'objet de votre dévotion. Composez, détaillez cette scène, comme le peintre compose un tableau où graduellement il fait entrer les éléments de la scène choisie. Travaillez comme l'artiste : tracez ligne après ligne avec le pinceau de votre imagination. Tout d'abord le travail sera très lent. mais bientôt vous parviendrez à évoquer l'image à volonté. Représentez-vous sans cesse la scène, en insistant de

moins en moins sur les objets accessoires et de plus en plus sur la Figure centrale, objet de votre profonde dévotion. En concentrant ainsi votre mental sur un point unique, vous lui imposerez la discipline et le calme ; en employant ainsi l'imagination, vous le soumettrez à votre volonté. L'Objet de la dévotion dépendra de la religion du chacun. En supposant que ce soit, comme pour beaucoup de mes auditeurs, Shri Krishna, vous vous Le représenterez dans une scène quelconque de Sa vie terrestre, par exemple dans la bataille de Kurukshetra. Imaginez les armées opposées, en ordre de bataille ; imaginez Arjuna affaissé dans son chariot, abattu, désespéré ; passez ensuite à Shri Krishna, le Conducteur, l'Ami, l'Instructeur. Puis, fixant votre pensée sur cette Figure centrale, laissez votre cœur aller à Lui, dans l'élan d'une dévotion que rien ne peut détourner ; ne Le quittez pas ; restez silencieux et en suspens et, comme dans le cas précédent, attendez ce qui surviendra.

Telle est la méthode appelée « la méditation avec semence. » La « semence » c'est la Figure centrale ou le dernier maillon du raisonnement. Vous avez graduellement immobilisé votre pensée errante grâce à cette discipline lente et progressive ; vous êtes parvenus à vous attacher à la pensée, à la Figure centrale et vous restez en suspens. Il s'agit maintenant d'abandonner même cela. Laissez aller la pensée

centrale, l'idée, la « semence » de votre méditation. Ne vous attachez plus à rien. Seulement, immobilisez votre mental au niveau atteint, sans laisser décroître sa vigueur et sa vivacité. Dès lors vous pratiquez la méditation « sans semence ». Restez en suspens; attendez dans le silence et dans le vide. Vous vous trouvez dans le « nuage », dans cet état dont j'ai parlé tout à l'heure. Soudain il se produira un changement, changement impossible à méconnaître, prodigieux, incroyable. Dans ce silence, vous ai-je dit, une Voix résonnera. Dans ce vide une Forme se révélera. Dans ce ciel sans astres un Soleil se lèvera et dans son rayonnement vous comprendrez que Lui et vous êtes un; que ce qui est vide pour les yeux physiques est la plénitude pour les yeux de l'Esprit; que ce qui est silence pour l'ouïe est pour l'ouïe spirituelle infiniment mélodieux.

Telles sont les pratiques qui vous permettent de maîtriser votre mental, de discipliner votre pensée errante et ainsi de parvenir à l'illumination.

Mais je dois ajouter un avertissement. Afin de pouvoir passer de la méditation « avec semence » au stage supérieur, il faut être arrivé à vous attacher à la « semence » pendant un temps considérable, sans laisser un instant faiblir votre attention. C'est le vide d'une attention tendue; ce n'est pas le vide d'une somnolence prochaine. Si votre mental n'est pas dans cette condition voulue, sa vacuité même

est un danger ; elle mène à la médiumnité, à la possession, à l'obsession. Vous ne pouvez sans imprudence chercher à faire le vide qu'après avoir si bien discipliné votre mental, qu'il puisse demeurer fixé pendant longtemps sur un point unique et rester pleinement en éveil après l'avoir abandonné.

« Mais », demande-t-on quelquefois, « en admettant que je fasse tout cela et que je parvienne à ne plus avoir conscience de mon corps ; en admettant que je m'élève effectivement à une région supérieure, est-il bien certain que je puisse revenir au corps physique ? L'ayant abandonné, me sera-t-il possible d'y rentrer ? »

Cette possibilité d'un abandon définitif est inquiétante. Le commençant reconnaît bien que la matière est néant et que l'Esprit est tout, mais il craint de ne plus être en rapport avec son corps ; aussi lorsqu'il s'en sépare, la peur, et la peur seule, le fait retomber sur la terre qu'il a eu tant de peine à quitter.

Ne craignez rien de semblable. Ce qui vous ramène ici-bas, c'est la trace de votre passé qui subsiste malgré tout.

On demande encore : « Quelle raison y a-t-il pour qu'un état de pralaya prenne jamais fin et qu'une nouvelle ère manvantarique commence ? « Nous répondrons à cette question comme le ferait un psychologue hindou.

Si vous avez abandonné jusqu'à la semence de la pensée, vous ne pouvez détruire la trace laissée par cette pensée, trace qui constitue un germe dont la tendance est de revenir à la matière afin de s'exprimer de nouveau. Cette trace est ce que l'on appelle la « privation » de matière ou *samskara*. Vous avez beau vous élever au-dessus du mental concret, cette trace, laissée dans le principe intellectuel, de ce que vous avez pensé et connu, cette trace subsiste et vous ramènera infailliblement ici-bas. Vous ne pouvez échapper à votre passé. Tant que votre période d'existence n'aura pas pris fin, ce *samskara* vous fera revenir à votre corps. C'est encore lui qui, au terme de la vie céleste, ramène l'homme à une naissance nouvelle. C'est l'expression de la loi du Rythme. *La Lumière sur le Sentier*, ce merveilleux traité d'occultisme, fait mention de cet état et du silence qui règne autour du disciple. Puis l'auteur dit :

« Hors du silence qui est la paix, une voix sonore s'élèvera. Et cette voix dira : Cela n'est pas assez. Tu as moissonné ; maintenant il te faut semer. Et sachant que cette voix est le silence même, tu obéiras. »

Que signifie cette sentence : « Tu as moissonné ; maintenant il te faut semer » ? Il s'agit ici de la grande loi du Rythme à laquelle sont soumis les Logos, les Ishvaras Eux-mêmes — loi du grand Souffle, de l'Expir et de l'Inspir, qui gouverne tous les frag-

ments momentanément séparés. Un Logos peut abandonner Son univers et Son univers s'évanouit quand Il en détourne Ses regards et rentre en Lui-même, car seul. Il lui donnait la réalité. Il peut S'abîmer dans les profondeurs infinies de l'Être, mais là même subsiste le *samskara* de l'univers passé, la mémoire atténuée et latente, le germe de Mâyâ auquel Il ne peut échapper. S'il le pouvait, Il deviendrait Brahma Nirguna. Point d'Ishvara sans mâyâ, point de mâyâ sans Ishvara. Il arrive, même pendant la période de pralaya, un moment où le repos prend fin, où la vie intérieure exige de nouveau la faculté de se manifester. Alors elle se dirige vers l'extérieur et un univers nouveau paraît. Telle est la loi du repos et de l'activité, l'un succédant à l'autre. Ainsi tourne incessament la roue de l'univers et celle des existences humaines. Car, dans l'Eternel, le repos et l'activité sont toujours et simultanément présents. Dans ce que nous appelons le temps ils se suivent, mais dans l'éternité ils sont simultanés et ininterrompus.

De l'usage des mantras.

Comment faciliter cette tâche ardue ? Je voudrais attirer votre attention sur un fait dont la connaissance est, pour le commençant, d'un secours immense.

Vos véhicules ne sont jamais en repos. Chaque vibration qui affecte le véhicule détermine dans la conscience une modification correspondante. Existe-t-il une manière d'arrêter ces vibrations et d'imposer au véhicule une fixité qui assurera du même coup l'immobilité de la conscience ? On peut y arriver par la récitation d'un *mantra*.

On donne ce nom à une méthode assurant l'inhibition mécanique de la vibration. Au lieu de faire appel à la Volonté et à l'imagination, vous les réservez à d'autres usages et vous avez recours à un *mantra*, c'est-à-dire à une série de sons déterminés dont la répétition rythmique et constante finit par faire vibrer le véhicule à leur propre diapason. Par conséquent, un *mantra* ne peut être traduit, la traduction remplaçant les sons primitifs par d'autres. Les *mantras* sont en usage non seulement parmi les hindous mais aussi parmi les bouddhistes, les catholiques, les musulmans et les parsis ; jamais ils ne sont traduits car le mantra dont la succession et l'ordre des sons ont été modifiés n'est plus un *mantra*. Si vous traduisez les mots, vous pouvez obtenir une très belle prière, mais point de *mantra*. Votre traduction peut être admirable, poétique, inspirée, mais votre *mantra* est mort, incapable désormais d'accorder les vibrations des véhicules voisins et, par là, d'assurer l'immobilité de la conscience. La poésie, la prière inspirée admettent la traduction mentale ; un

mantra au contraire est unique et intraduisible. La poésie est une grande force ; elle édifie souvent, charme l'oreille, peut atteindre le beau et le sublime, mais ne constitue pas le *mantra*.

L'attention.

Considérons maintenant la concentration.

Demandez au premier venu si la concentration lui est possible, il vous répondra immédiatement. « C'est bien difficile. J'ai souvent essayé sans y parvenir », Posez votre question en d'autres termes et demandez lui : « Pouvez-vous fixer votre attention sur un objet quelconque ? » Il vous répondra sans hésiter : « Certainement ».

Concentration est synonyme d'attention ; c'est l'attitude fixe de l'attention. « Faire attention » à votre occupation présente, c'est concentrer votre mental. Beaucoup de personnes entreprennent de méditer et se demandent pourquoi elles ne réussissent pas. Comment une demi-heure de méditation et vingt-trois heures et demie de dissipation mentale pendant le jour et la nuit pourraient-elles vous permettre de demeurer concentrés pendant ces trentes minutes ? Comme Pénélope qui défaisait les fils de sa trame, vous défaites au cours de la journée et de la nuit votre œuvre du matin. Pour devenir yogui l'atten-

tion doit toujours être en éveil. Il faut donc pratiquer la concentration à toute heure de votre existence active. Pour le moment vous laissez pendant bien des heures se dissiper votre pensée, et votre insuccès vous surprend. Votre réussite serait un fait beaucoup plus extraordinaire. Il faut journellement fixer votre attention sur toutes vos occupations. C'est difficile, je le reconnais. Pour faciliter ces exercices ne leur consacrez tout d'abord qu'une partie de votre tâche quotidienne, mais en l'accomplissant avec une attention absolue, sans défaillances. Ne permettez pas au mental de se détacher du travail présent. Une addition à faire, la lecture d'un livre, tout vous sera bon. C'est l'attitude mentale qui importe et non pas la tâche entreprise. Point d'autre manière d'apprendre la concentration. Fixez rigoureusement votre mental sur le travail du moment, et dès qu'il est terminé n'y revenez plus. Poursuivez cet exercice pendant quelques mois et vous constaterez avec surprise combien il devient facile de concentrer le mental. Notre corps arrive d'ailleurs assez vite à faire automatiquement certains mouvements. Si vous les lui imposez régulièrement, il les accomplira bientôt de lui-même et vous constaterez que vous pouvez vous occuper de deux ou trois choses à la fois. C'est ainsi qu'en Angleterre les femmes aiment beaucoup le tricot. Quand une petite fille commence à tricoter, elle est obligée de faire une attention

extrême à ses doigts et de ne pas les quitter des yeux un instant, sous peine de commettre une faute. Elle persévère jour après jour, jusqu'à ce que ses doigts aient appris à s'occuper de leur tâche sans surveillance ; elle leur confie alors le soin de tricoter et peut donner à sa conscience mentale d'autres occupations.

La méthode employée pour les doigts est applicable au corps mental qui peut, lui aussi, être habitué à l'action automatique. Enfin un moment viendra où votre conscience la plus élevée restera toujours fixée sur le but suprême, laissant la conscience inférieure, dans le corps, s'acquitter des activités corporelles et s'en acquitter d'une façon parfaite parce que son dressage sera irréprochable. Ce sont là des leçons pratiques de Yoga.

Les exercices de ce genre vous permettent d'acquérir les qualités dont vous avez besoin. Vous deviendrez plus forts, meilleurs, capables enfin d'aborder l'étude méthodique de la Yoga.

Obstacles à la Yoga.

Avant d'examiner les capacités exigées par ces pratiques, énumérons les obstacles à la Yoga tels que Patanjali les a formulés. Le temps nous manque pour les étudier de plus près.

Ces obstacles sont très divers. D'abord la maladie : un malade ne peut pratiquer la Yoga, qui exige la santé et met le corps physique à une dure épreuve. Puis la langueur mentale : la pensée doit être alerte et énergique. Puis le doute : il faut une volonté arrêtée et de la décision. Puis la négligence : c'est une des plus grandes difficultés éprouvées par les commençants ; ils lisent superficiellement et manquent de précision. L'indolence : le paresseux ne peut être yogui. Comment l'homme inerte, qui ne peut ni ne veut se donner de peine serait-il capable de faire les efforts terribles que lui imposera sa tâche ? Puis la frivolité, obstacle évident. Des idées fausses, un jugement faux sont un autre grand obstacle. (La « notion juste » est une des qualités principales du yogui. En d'autres termes, sa pensée doit correspondre à la vérité extérieure ; il doit être foncièrement véridique et agir comme il pense. Point de Yoga possible pour l'homme en qui ne règne pas la vérité). Être « à côté de la question », illogique, inintelligent, attacher de l'importance à ce qui n'en a pas et réciproquement. Enfin l'instabilité, qui rend la Yoga impossible et les efforts futiles lorsqu'elle est peu prononcée. L'homme instable ne peut être un yogui.

Aptitudes à réunir.

Chacun peut-il pratiquer la Yoga ? Non, mais toute personne de bonne éducation peut se préparer à le faire dans l'avenir. Les progrès rapides exigent, comme toujours, des capacités spéciales. S'agit-il d'une science quelconque ? Nous pouvons l'étudier sans posséder pour cela des aptitudes bien marquées, mais sans pouvoir prétendre à le faire avec distinction. Il en est de même en Yoga. Toute personne douée d'une intelligence moyenne peut emprunter à cette science certains éléments dont la pratique lui sera utile, mais elle ne peut espérer, sans posséder d'emblée certaines capacités, atteindre au succès dans l'existence présente. Et ce n'est que logique car, si la première science venue exige des capacités particulières de l'étudiant qui veut s'y distinguer, il est bien certain que la science des sciences ne peut exiger des étudiants moins que les sciences ordinaires.

Si l'on me demandait « Puis-je devenir un grand mathématicien ? » je répondrais : « Il faut pour cela posséder en mathématiques des aptitudes et des dispositions naturelles. Dans le cas contraire, vous n'y parviendrez pas dans cette vie. » Mais ceci ne veut pas dire que mon interlocuteur soit incapable de rien

apprendre en mathématiques. Pour être un grand mathématicien, il faut être né avec des dispositions spéciales ; les posséder de naissance prouve que vous les avez cultivées dans bien des existences passées ; aujourd'hui vous les possédez toutes développées. Il en est ainsi en Yoga. Chacun peut en apprendre quelque chose, mais pour être un grand yogui, il faut des vies entières de pratique. Si ces vies sont derrière vous, vous êtes nés cette fois avec les facultés nécessaires.

Trois facultés sont indispensables à qui veut réussir en Yoga. La première est un désir puissant. « Désire ardemment. » Un désir semblable est nécessaire pour briser les désirs et les liens tenaces qui vous attachent au monde extérieur ; lui seul, d'ailleurs, vous permettra de surmonter les obstacles qui barrent votre route. Il faut la conviction du succès final et la résolution de poursuivre le succès jusqu'au bout. Il faut un désir si ardent et si profondément enraciné qu'il grandisse à chaque obstacle. L'obstacle ressemble alors au combustible jeté dans un foyer. La flamme s'en empare, le consume et s'élève plus vigoureuse. Les difficultés et les obstacles ne sont, eux aussi, que le combustible alimentant le désir ardent et la résolution du Yogui ; ils ne rendent sa détermination que plus immuable.

Si vous n'éprouvez pas ce désir violent, c'est un signe que la tâche entreprise est toute nouvelle pour

vous ; mais vous pouvez dès la vie présente vous y préparer. Le désir peut naître de la pensée ; il ne peut naître du désir. Impossible de demander à nos convoitises de se maîtriser elles-mêmes.

Pourquoi le désir est-il éveillé en nous ? Examinez votre propre mental et vous constaterez que c'est la mémoire et l'imagination qui évoquent le plus fortement le désir. La pensée est donc le moyen de déterminer en lui toutes les modifications possibles. Votre pensée, votre imagination, voilà votre seule faculté créatrice et c'est par l'imagination que vos pouvoirs se développeront. Si donc vous désirez la Yoga, pensez à elle comme à un but qui est à notre portée. Pensez aux résultats de la Yoga ; sachez comprendre ce que le monde doit gagner à ce que vous deveniez yogui et de jour en jour votre désir grandira. Car seule la pensée vous permettra de gouverner le désir ; par lui-même il ne vous est d'aucune utilité. Vous désirez, ou vous ne désirez pas, tel objet et, dans les limites de la nature passionnelle, vous êtes désarmés et en son pouvoir. Vous ne pouvez, je le répète, modifier le désir par le désir. Il faut passer dans une autre région de votre être, la région mentale, et par la pensée vous pourrez, absolument à volonté, désirer ou ne pas désirer, à la seule condition d'employer la méthode convenable. Cette méthode est en somme assez simple. Pourquoi désirez-vous posséder un objet

quelconque ? Parce que vous croyez que sa possession vous rendra plus heureux. Mais supposez que l'expérience du passé vous ait appris qu'à la longue cet objet, loin de vous rendre plus heureux, soit pour vous une cause de chagrin, de souci, de malheur, et le moyen de rejeter ce désir s'offre immédiatement à vous. Songez au résultat final. Laissez votre mental s'attarder avec insistance sur tous les éléments pénibles. Faites abstraction, pour le moment, du plaisir passager et maintenez votre mental fixé sur la souffrance qui succède à la satisfaction du désir. Après un mois environ de cet exercice, la vue seule de cet objet vous sera désagréable. L'ayant mentalement associé à la souffrance, vous vous en écarterez instinctivement ; vous n'en avez plus besoin. Votre besoin s'est transformé grâce au pouvoir de l'imagination. Il n'y a pas de moyen plus sûr de détruire un vice que de se représenter méthodiquement les conséquences ultimes qu'il entraîne. Persuadez au jeune homme que l'inconduite attire de se représenter constamment un débauché vieilli ; décrivez-lui ce malheureux au corps usé, qui désire encore mais ne peut plus satisfaire sa passion. S'il vous est possible d'amener votre interlocuteur à partager cette idée, il éprouve bientôt inconsciemment de la répulsion pour le plaisir qui l'attirait ; l'horreur même des conséquences l'effraie et lui fait abandonner l'objet désiré.

L'aspirant yogui doit donc déterminer mentalement les désirs qu'il entend conserver et ceux qu'il est décidé à détruire.

2° Le vif Désir doit être accompagné d'une volonté ferme. La Volonté est le Désir transmué, le Désir qui n'est plus sollicité par l'extérieur mais dirigé par une autorité intérieure. Votre Volonté est-elle faible, il faut la rendre ferme. Appliquez-lui le même traitement qu'à tout organe débile ; fortifiez-là par l'exercice. Un adolescent sachant que ses bras sont faibles dira : « Je manque de muscles, mais je vais faire de la gymnastique ; je vais m'exercer aux barres parallèles et mes bras grossiront ». Il en est de même de la Volonté. L'exercice rendra puissante la volonté limitée, chétive qui est la vôtre aujourd'hui.

Prenez par exemple la résolution de faire telle ou telle chose tous les matins et tenez parole ; une seule suffit lorsqu'on est faible. Prenez vis-à-vis de vous-mêmes l'engagement de faire telle ou telle chose à heure fixe, et bientôt vous rougirez de manquer à cette promesse. Lui êtes-vous restés fidèles une journée, recommencez pendant une semaine, puis pendant quinze jours. Ayant réussi, choisissez une tâche plus difficile et ainsi de suite. Cette action imposée développera votre volonté ; jour après jour vous la verrez croître et sentirez grandir votre force intérieure. Ainsi commencez par un désir énergique, puis transformez-le en Volonté puissante.

La troisième faculté requise par la Yoga est une intelligence vive et large. Il est impossible de gouverner le mental sans mental à gouverner. D'où la nécessité de développer votre intelligence, d'étudier. Par ce dernier mot j'entends non pas lire, mais penser. La lecture d'une douzaine d'ouvrages peut laisser votre mental aussi faible qu'il était auparavant, mais si vous avez lu à fond un seul ouvrage sérieux, la lecture lente et les réflexions prolongées nourriront votre intelligence et fortifieront votre mental.

Je le répète : vous avez besoin d'un Désir puissant, d'une Volonté indomptable, d'une Intelligence vive. Telles sont les capacités à développer avant que la pratique de la Yoga ne vous soit possible. Si votre mental est très vacillant il ressemble, comme le mental de l'enfant, à un papillon et il est nécessaire de lui donner la fixité. Vous y arriverez par l'étude attentive et par la réflexion. Il faut développer le mental qui sera votre instrument de travail.

La sortie et le retour.

Vous atteindrez plus facilement le but, c'est-à-dire la transformation de notre désir, si vous comprenez bien que la grande évolution humaine suit deux sentiers, celui de la Sortie et celui du Retour.

Sur le sentier (Marga) de *Pravritti* ou de la Sor-

tie, suivi par l'immense majorité des êtres humains, les désirs sont nécessaires et utiles ; plus un homme éprouve de désirs et plus il hâte son évolution, car ils sont pour lui des mobiles qui poussent à l'action ; sans eux il n'avance pas et demeure inerte. Et pourquoi Ishvara aurait-il rempli les mondes d'objets désirables, s'Il n'avait pas voulu que le désir fût un des facteurs de l'évolution ? Ishvara agit envers l'humanité comme une mère intelligente envers son enfant ; elle ne lui fait pas de conférences sur tous les avantages de la marche, ne lui explique pas savamment ces mouvements nouveaux par le mécanisme des muscles de la jambe, mais, lui présentant un jouet, elle lui dit : « Viens le prendre ». Le désir s'éveille ; l'enfant commence à se traîner et bientôt apprend à marcher. De même, Ishvara nous a entourés de jouets, toujours un peu hors de notre portée, et il nous dit : « Venez, enfants, venez les prendre. Voici l'amour, la fortune la renommée, la considération sociale. Venez les saisir. Marchez ; faites effort pour vous en emparer ». Et nous, comme des enfants, nous faisons de grands efforts et nous précipitons en avant, les mains ouvertes. Quand nous saisissons le jouet il se brise dans notre main et devient inutile. Les hommes luttent et peinent pour s'enrichir et quand ils sont devenus multi-millionnaires ils se demandent comment dépenser leurs richesses.

Je lisais il y a quelques jours qu'en ce moment un

millionnaire américain allait à pied de ville en ville afin de distribuer l'énorme fortune accumulée par son travail. Pour lui, la leçon est apprise. Jamais dans une autre vie cet homme ne sera tenté de se donner aucune peine pour acquérir ce jouet que l'on appelle la fortune. L'amour de la renommée, l'amour du pouvoir imposent à l'homme les plus pénibles efforts mais, lorsqu'il les saisit enfin, leur charme a cessé. L'homme d'état puissant, le chef d'une nation, l'idole des peuples, suivez-le dans sa demeure ; vous l'y verrez las du pouvoir, dégoûté de ce qui le passionnait jadis. Est-ce à dire que Dieu se joue de nous en nous présentant tous ces objets ? Non pas ; Son intention a été d'éveiller le pouvoir du Soi et, dans le développement des facultés humaines, nous apparaît le résultat de la grande *Lila*. Voilà comment nous apprenons à développer le Dieu intérieur ; voilà pourquoi notre Divin Père joue avec Ses enfants.

Quelquefois pourtant le désir pour les objets ambiants se perd trop tôt et la leçon n'est apprise qu'à demi. C'est précisément là un des écueils rencontrés par l'Inde contemporaine : elle possède une philosophie spirituelle grandiose, expression naturelle d'âmes nées à une époque reculée, prêtes à renoncer au fruit de l'action, à se consacrer au service du Suprême Logos et accomplir Sa volonté. Mais de nos jours la leçon que doit apprendre l'Inde est l'éveil du désir. Et ce ne sera pas là rétrograder, comme on

pourrait le croire, mais bien marcher en avant. La philosophie indienne est l'expression même de la vérité, mais c'est la philosophie d'âmes plus âgées et prêtes à la recevoir. Les âmes plus jeunes qui prennent aujourd'hui naissance aux Indes ne sont pas mûres pour cette philosophie ; elles en répètent machinalement les sentences, sont hypnotisées par sa doctrine et restent affaissées dans l'inertie, parce qu'aucun désir n'a suffisamment d'action sur elles pour les pousser à l'effort. Il en résulte que la nation tout entière est en décadence. Jadis le grand système des castes enseignait qu'à des âmes d'âge différent il fallait des objets divers. L'Inde oublia cette leçon et de nos jours chacun est supposé prendre pour objet la perfection idéale que l'homme ne peut atteindre sans avoir satisfait aux conditions premières. Il en est de même du « Sermon sur la Montagne » dans les pays chrétiens, mais le sens commun et l'esprit pratique des occidentaux le révère... et l'ignore. Aucun peuple n'essaie de conformer sa vie au « Sermon sur la Montagne ». Ces sentences ne s'adressent pas à des hommes et à des femmes ordinaires, mais bien à des saints. Pour ceux qui suivent le Sentier de la Sortie point de progrès sans désirs.

Qu'appelle-t-on le Sentier du *Nivritti* ? C'est le Sentier du Retour. Dès lors le désir doit disparaître et céder la place à la volonté du Soi. L'homme qui s'engage dans le Sentier du Retour n'éprouve plus

qu'un désir, celui de seconder la Volonté du Logos Suprême ; il accorde sa volonté avec la Volonté suprême, renonce à tout désir séparé et ainsi s'efforce de pousser « la roue de l'existence », tant que la Loi de la Vie en impose la nécessité. Ce qui était Désir sur le Sentier de la Sortie devient Volonté sur le Sentier du Retour ; l'âme, à l'unisson avec le Divin, seconde la loi.

Sur le Sentier de la Sortie la pensée est toujours alerte, volage, changeante ; elle devient Raison sur le Sentier du Retour ; le joug est placé sur les épaules du mental inférieur et la Raison dirige le taureau.

Sur le Sentier de la Sortie le travail, l'activité, est l'action inquiète qui lie l'homme ordinaire. Sur le Sentier du Retour le travail prend le caractère d'un sacrifice et ne peut par conséquent lier l'homme.

Telles sont donc les manifestations des trois aspects sur les Sentiers de la Sortie et du Retour :

La Béatitude dont la manifestation est le Désir se transforme en volonté.

La Sagesse dont la manifestation est le Désir se transforme en Raison.

L'Activité dont la manifestation est le Travail se transforme en Sacrifice.

« Mais », objecte-t-on souvent, « pourquoi faire correspondre la volonté dans l'être humain à la béatitude Divine » ? Les trois grands attributs Divins

sont *chit* ou la conscience, *ananda* ou la béatitude, *sat* ou l'existence. Or, s'il est évident que la conscience se reflète dans l'intelligence humaine où elle se retrouve en miniature, il est évident aussi que l'existence et l'activité sont inséparables. Il n'est possible d'exister qu'en agissant extérieurement à soi-même. A elle seule la forme du mot le démontre — « ex », hors de. C'est la vie manifestée. Reste donc la volonté pour correspondre à la béatitude ou troisième attribut. Mais certaines personnes ont peine à l'admettre et demandent : « Quel rapport y a-t-il entre la béatitude et la volonté ? » Il suffit, pour résoudre l'énigme, d'envisager le désir et les objets du désir.

La nature du Soi est la béatitude. Quelle sera son expression au sein de la matière ? Le désir du bonheur, la recherche des objets désirables auxquels le Soi demande le bonheur, essence même de sa propre nature, ce bonheur qu'il ne cesse de poursuivre parmi les obstacles d'ici-bas. La nature même du Soi étant la béatitude, il cherche le bonheur et c'est ce désir de bonheur qui doit se transformer en volonté. Il suffit d'étudier ces correspondances pour découvrir leur sens profond et l'universelle « volonté de vivre » se traduit en « désir de bonheur » chez tout être humain, chez toute créature sensible. Un fait ne vous a-t-il jamais frappé ? Je veux dire la certitude avec laquelle vous prouvez cette analyse de votre

propre nature par la manière dont vous acceptez le bonheur comme un droit, dont vous vous révoltez contre l'infortune, en demandant ce que vous avez fait pour la mériter ? Quant à votre bonheur, il ne vous étonne pas, parce qu'il est le résultat de votre propre nature. Ce n'est pas lui qu'il faut expliquer, mais la souffrance, mais tout ce qui est contraire à la nature du Soi et à sa béatitude essentielle. Nous arrivons ainsi à constater que le désir et la volonté sont l'un et l'autre la résolution d'être heureux. Seulement le premier est ignorant, altéré par les objets extérieurs ; l'autre est consciente d'elle-même, déterminée, dirigée par une force intérieure. Le désir est éveillé et conduit du dehors ; quand le même aspect gouverne au-dedans, il est la volonté. Point de différence dans leur nature. Ce qu'est le désir sur le Sentier de la Sortie devient donc la volonté sur le Sentier du retour.

Quand le Désir, la Pensée et le Travail se sont transformés en Volonté, en Raison et en Sacrifice, l'homme retourne vers sa patrie et vit par le renoncement.

Et ce renoncement, quand il est réel, se traduit par une étrange transformation. Sur le Sentier de la Sortie, il faut lutter pour chacun des objets à obtenir ; sur le Sentier du Retour la nature répand ses trésors à vos pieds. Quand l'homme a cessé de les désirer, toutes les richesses lui sont prodiguées,

car il est devenu un canal par lequel leur flot se répand en bénédictions sur tous ceux qui l'entourent. Chercher le Bien ; renoncez à posséder pour vous-mêmes et tout vous appartiendra. Ne demandez plus à voir s'emplir votre propre petit réservoir et vous deviendrez un canal relié à la source vivante de toutes les eaux, à la source qui jamais ne tarit, jamais ne cesse de jaillir.

La conséquence du renoncement est la faculté de travailler sans cesse, et ce travail est infaillible parce que c'est le Travailleur suprême qui l'accomplit, par l'intermédiaire de son serviteur.

Avez-vous entrepris quelque œuvre charitable, digne de ce nom ? Vos moyens sont-ils modestes et les capitaux ne viennent-ils pas à vous ? C'est que vous n'avez pas encore appris le renoncement véritable. Vous êtes encore attachés à l'élément visible, au fruit de l'action. Voilà pourquoi la fortune se dérobe.

Purification des corps.

Le développement des facultés appartient au côté conscience, la purification des corps au côté matière. Il est nécessaire de purifier chacun de vos trois corps actifs, le mental, l'astral et le physique. Sans cette purification préalable il vaut mieux ne pas s'occuper de Yoga.

Comment, tout d'abord, purifier le corps mental ? En sachant penser. Ensuite il faut employer de nouveau l'imagination, cette faculté créatrice. Imaginez des objets et vous façonnerez par là votre corps mental ; vous l'organiserez à votre guise. Faites un effort d'imagination, comme le peintre qui se représente en pensée le sujet à peindre. Tâchez de voir un objet ; si ce pouvoir vous manque, cherchez à l'acquérir. C'est là, évidemment, une faculté artistique, mais tous la possèdent plus ou moins. Assurez-vous à quel point il vous est possible de reproduire fidèlement un visage que vous voyez tous les jours. Cet exercice fortifiera votre imagination et vous permettra de créer l'instrument indispensable à la pratique de la Yoga.

L'imagination se prête encore à un autre emploi des plus précieux. Imaginez, présentes dans votre corps mental, les qualités que vous désirez, et absentes celles que vous répudiez ; déjà vous aurez à-demi acquis les premières et rejeté les secondes. Vous pourriez aussi atténuer beaucoup de soucis en sachant les mettre au point avant d'avoir à les éprouver. Il n'y a pas de raison pour attendre dans l'inaction le jour où vous les rencontrerez dans le monde physique. Pensez, le matin, à un ennui prochain ; imaginez-vous le subissant avec une sérénité parfaite, (car il ne faut jamais éprouver de scrupules à s'imaginer parfait), et quand l'ennui

se présentera, au cours de la journée, il n'aura plus de prise sur vous et vous semblera moins dur à supporter. Qui de vous n'a des soucis ? Imaginez que vous les supportiez avec indifférence et, quand ils se présenteront en réalité, votre attitude sera celle que vous aviez prise en imagination. Vous pourriez vous délivrer d'une bonne moitié de vos peines et de vos défauts en leur appliquant la méthode imaginative.

Ayant purifié de la sorte votre corps mental, il faut s'occuper du corps astral : vous le purifierez à son tour en choisissant vos désirs, Ayez des désirs élevés et votre corps astral, au lieu de développer en lui-même les organes des convoitises mauvaises, développera les organes de bonnes aspirations. Pensées et désirs les plus élevés possibles, voilà le secret de tout progrès. N'insistez jamais sur la faute, la faiblesse, l'erreur, mais toujours sur la faculté parfaite et, petit à petit, vous parviendrez ainsi à réaliser la perfection en vous-mêmes. Pensez et désirez donc comme il le faut pour assurer la purification des corps mental et astral.

Comment purifier le corps physique ? Il faut lui imposer la régularité dans toutes ses activités, dans le sommeil, dans l'alimentation, dans l'exercice, la régularité en tout. Point de corps physique pur avec des corps mental et astral impurs. L'imagination peut donc servir également à purifier notre corps

physique. Mais il faut encore en régulariser toutes les activités ; son alimentation, par exemple.

L'hindou soutient avec raison que chaque genre d'aliment présente une qualité dominante, soit le rythme, soit l'activité, soit l'inertie et qu'il n'y en a point qui ne présente un de ces trois caractères. Or l'homme qui aspire à devenir yogui ne doit toucher aucune nourriture dout la décomposition soit prochaine : ce sont là des aliments tamasiques. Il faut éviter tout gibier ou venaison, tout aliment donnant des signes de décomposition. L'alcool, quel qu'il soit, est le produit d'une décomposition. La nourriture carnée présente la qualité de l'activité ; en réalité elle est toujours un stimulant. Dans le règne animal toutes les formes s'édifient pour exprimer les activités et les désirs animaux. Le yogui ne peut les admettre dans un corps destiné aux processus de la mentalité supérieure. La viande donne la vitalité, une énergie passagère ; elle permet un effort soudain. Mais ce n'est pas ce que cherche le Yogui ; il évite donc tous ces aliments impropres au travail qu'il entend accomplir et emprunte sa nourriture aux produits les plus hautement vitalisés, c'est-à-dire à ceux qui tendent à croître: Le grain, d'où sortira la plante nouvelle et qui est rempli des substances les plus nutritives; les fruits, tous les produits dont le stage prochain, au cours du cycle vital est la croissance, sont des aliments rythmiques,

saturés de vie, propres à constituer un corps à la fois sensitif et vigoureux.

Gardiens du seuil.

Il y a de nombreuses catégories. D'abord les élémentals. Ils s'efforcent de défendre à l'homme l'accès du plan astral. Rien de plus naturel, car les élémentals de la forme ou Rupa Dévas, ont pour mission de former les règnes inférieurs et l'homme est à leurs yeux un être vraiment haïssable, à cause de son action destructrice. Voilà pourquoi il leur est si antipathique. A chaque pas il défait leur œuvre, foule aux pieds les végétaux et tue les animaux, si bien que tout ce grand règne de la nature exècre l'être humain. Ils s'unissent donc pour barrer la route à celui qui commence à pénétrer en pleine conscience sur le plan astral et cherchent à l'effrayer, dans la crainte qu'il n'apporte la destruction dans ce monde nouveau. Ils n'ont aucune action sur vous si vous ne les craignez pas. A l'approche de cette horde élémentale, demeurez calmes, indifférents ; dites-lui : « Je représente un degré d'évolution supérieur au vôtre. Vous ne pouvez me faire de mal. Je suis votre ami et non votre ennemi. Paix ! »

Quand l'homme est assez résolu pour agir ainsi,

le grand flot de force élémentale se divise et lui livre passage. Les frayeurs nocturnes, sans cause apparente, éprouvées par certaines personnes, sont généralement dues à cette hostilité. Vous êtes, pendant la nuit, plus sensibles aux influences astrales que pendant le jour et l'animosité témoignée à l'homme par les habitants de ce plan devient plus perceptible. Mais, dès que les élémentals s'aperçoivent que vous n'êtes ni un destructeur, ni la dévastation personnifiée ils deviennent aussi doux qu'ils étaient tout d'abord hostiles.

Ce sont là les premiers « gardiens du seuil » rencontrés par le débutant. Ici encore apparaît toute l'importance d'une alimentation pure et rythmique, car une personne nourrie de viande et d'alcool attire les élémentals astrals inférieurs qui se délectent dans l'odeur du sang et des spiritueux et ils l'empêchent inévitablement de voir et de comprendre avec netteté ; ils se ruent vers lui et lui communiquent leurs pensées, les impriment dans son corps astral et peuvent ainsi entourer son aura d'une sorte de coque importune qui l'empêche plus ou moins de voir et d'entendre avec précision. Telle est la raison principale pour laquelle tout instructeur en Yoga suivant le sentier de droite interdit d'une façon absolue l'usage de la viande et du vin.

Le deuxième genre de « gardiens » est constitué par les formes-pensées émises par nous-mêmes dans

le passé. Fruits de vies anciennes vécues dans l'iniquité, ces formes représentent tous les genres de vices ; elles nous apparaissent quand pour la première fois nous abordons le plan astral ; bien qu'en réalité nos propres créations, elles nous semblent être des formes extérieures, des objets, et s'efforcent de mettre en déroute leur créateur. La seule manière d'en avoir raison est de les répudier sévèrement : « Vous n'êtes plus à moi ; vous appartenez non pas à mon présent mais à mon passé. Je vous refuse la vie ». Leur épuisement graduel et finalement leur suppression totale résultera de cette attitude. Cette difficulté est peut-être une des plus pénibles à braver pour une personne circulant pour la première fois en pleine conscience sur le plan astral. Il va sans dire que si le débutant a été en rapport avec des formes-pensées mauvaises et puissantes, dues par exemple à des pratiques de magie noire, cette catégorie particulière de « gardien » sera beaucoup plus vigoureuse et plus dangereuse. Une lutte désespérée s'engage parfois entre le néophyte et ces « gardiens » créés par son propre passé, soutenus par les Maîtres du côté noir.

Il nous reste à parler d'un des genres les plus redoutables de « gardiens du seuil ». Supposez que dans le passé un homme se soit avec persistance identifié à la partie inférieure de sa nature, ait lutté contre ses principes supérieurs, ait dégradé son

mental au point d'en faire l'esclave de ses convoitises les plus basses. Une transformation étrange s'opère en lui. La vie qui appartient à son Ego est absorbée par le corps physique et assimilée par les vies infinitésimales dont il est composé ; au lieu de servir d'instrument à l'esprit, elle est livrée à la nature inférieure et fait dès lors partie de la vie animale particulière aux corps inférieurs. L'Ego et ses corps supérieurs sont ainsi affaiblis, tandis que la vie animale des corps inférieurs est renforcée d'autant. Or, dans ces conditions, l'Ego peut éprouver pour son véhicule un tel dégoût que, dès le moment où la mort le délivre de son corps physique, il rejette complètement les autres. Le temple profané est même abandonné, parfois, pendant l'existence physique. En pareil cas, l'homme se réincarne en général très rapidement car s'étant violemment séparé des corps astral et mental, il n'a plus de véhicules pour vivre sur les plans correspondants ; il est donc obligé de s'en constituer rapidement de nouveaux et de renaître ici-bas. Dans ces conditions les anciens corps astral et mental ne se sont pas désintégrés au moment où les deux corps nouveaux sont formés et naissent sur le plan physique. L'affinité entre les anciens et les nouveaux, due à ce qu'ils ont eu un seul et même possesseur ou occupant, s'affirme ; les anciens corps astral et mental dont la vitalité est extrême, s'attachent aux

nouveaux et deviennent les plus terribles « gardiens du seuil ».

Telles sont les formes diverses sous lesquelles peuvent se présenter ces « gardiens ». Les ouvrages traitant de ce sujet spécial les mentionnent toutes, mais aucun, à ma connaissane, ne donne à lui seul une classification méthodique semblable à la précédente.

Il faut naturellement y ajouter les attaques directes des Frères noirs, sous des formes et des aspects variables. Existe-t-il dans le yogui une vertu un peu trop marquée, c'est généralement elle dont ils feront usage. Les points vulnérables ne sont pas pour le yogui ses vices mais au contraire ses vertus, car l'excès d'une vertu devient un vice. Si l'exagération est toujours la cause du vice, l'équilibre est celle de la vertu. Les vertus deviennent donc une cause de tentation dans les difficiles régions de l'astral et du mental et sont mises en jeu par les Frères de l'Ombre pour faire tomber dans leurs pièges le néophyte qui n'est pas sur ses gardes.

Je ne parle pas ici des quatre épreuves ordinaires du plan astral : épreuves de la terre, de l'eau, du feu et de l'air ; ce sont là des bagatelles qui méritent à peine d'être mentionnées après ces difficultés plus sérieuses. Vous devez apprendre, cela va sans dire, que vous êtes maîtres absolus de la manière astrale, que la terre ne peut vous écraser, ni l'eau vous as-

phyxier. Ces leçons, en définitive, sont très faciles. Ceux d'entre vous qui appartiennent à la franc-maçonnerie reconnaîtront ces épreuves dans les formules familières du rituel.

Il existe encore un danger : vous pouvez avoir à souffrir de répercussion. Si, vous trouvant sur le plan astral et menacés par un danger appartenant au plan physique, vous avez l'imprudence de croire que ce danger peut vous atteindre, votre corps physique en souffrira. Une blessure, une contusion ou d'autres accidents peuvent résulter pour vous d'expériences astrales. J'ai eu la sottise de l'apprendre à mes dépens. J'étais à bord d'un navire en perdition et m'acquittais de ma tâche quand, m'apercevant que la chute du mât était imminente, je me dis dans un instant d'oubli : « Il va tomber sur moi ». Cette pensée fugitive eut une conséquence car en réintégrant mon corps, le lendemain matin, j'avais une grande ecchymose au point frappé par le mât. C'est là un phénomène fréquent, tant que nous n'avons pas appris au mental à ne plus penser instinctivement comme il a l'habitude de le faire ici-bas.

A mesure que votre sensibilité se développe, un moyen de protection vous est donné. Soyez rigoureusement véridiques en pensée, en parole, en action. Chaque pensée, chaque désir prend forme dans le monde supérieur. Si vous ne vous attachez pas ici-bas à la vérité, vous créez toute une armée de

formes effrayantes et trompeuses. Pensez, parlez, vivez la vérité ; le monde astral n'aura plus pour vous d'illusions.

Préparation à la Yoga.

Je place si haut, dit-on, l'idéal du disciple que nul ne peut espérer l'atteindre. Je n'ai pas déclaré cependant que nul ne pouvait devenir disciple sans reproduire en soi-même ma description du disciple parfait. On peut le devenir ; seulement c'est à nos risques et périls. Tel homme peut être à certains égards extrêmement capable, mais présenter, à d'autres, de grandes faiblesses. Celles-ci ne l'empêcheront pas de devenir disciple, mais il en subira les conséquences. L'Initié paie ses fautes dix fois plus cher qu'il ne l'eût fait comme homme du monde. Voilà pourquoi j'ai placé l'idéal aussi haut. Je n'ai jamais dit qu'on ne pouvait devenir disciple avant de l'avoir atteint, mais j'ai déclaré qu'on ne pouvait, sans risques énormes, devenir disciple avant de réunir les conditions indiquées. Ceux qui ont constaté le danger couru par les néophytes franchissant le portail avant d'avoir vaincu certaines faiblesses, ont un devoir à remplir : celui de montrer qu'il est bon de se défaire tout d'abord de ces défauts. Chacun d'eux, s'il franchit avec vous le seuil, devient au-

delà un poignard prêt à vous percer. Il est donc prudent de vous purifier autant que possible, avant que vos progrès sur telle ou telle ligne ne vous donnent le droit de dire : « Je franchirai ce portail ». C'était là ma pensée en parlant de conditions à remplir par le disciple. J'ai suivi la méthode ancienne, énonçant les qualifications nécessaires à l'aspirant-disciple ; s'il ne les possède pas, Jésus a dit vrai : « Il sera frappé de beaucoup de coups ». Car les actions qui peuvent se commettre sans conséquences bien sérieuses dans le monde extérieur entraînent sur le Sentier des résultats terribles.

La fin.

Comment se terminera cette lutte si longue? Quel est le but de l'ascension, le prix du grand combat? Que doit atteindre enfin le yogui? Il atteint l'unité. Je me demande parfois si, en ayant compris la nature, beaucoup d'entre vous s'en soucieraient réellement. Beaucoup des « vertus » de votre existence ordinaire s'évanouiront dès que vous atteindrez l'unité. Beaucoup d'objets admirés par vous ne sont plus des aides mais des obstacles quand naît le sentiment de l'unité. Toutes les qualités si utiles dans la vie quotidienne, telles que l'indignation mo-

rale, l'horreur du mal, le jugement porté sur autrui, n'ont plus de raison d'être quand l'unité est atteinte. Éprouvez-vous de la répulsion pour le mal ? C'est le signe que le Soi supérieur commence à s'éveiller, qu'il voit les dangers du mal et arrache le corps à son attraction. C'est le commencement de la vie morale consciente. La haine du mal vaut mieux à ce stage que l'indifférence ; c'est une phase nécessaire. Mais comment l'homme éprouverait-il aucune répulsion, lorsqu'il a réalisé et voit dans son semblable une manifestation Divine. L'homme qui connaît l'unité ne peut plus juger autrui. « Je ne juge personne, » a dit le Christ. Il n'éprouve plus d'éloignement pour personne, s'identifiant au pécheur. Comment éprouverait-il de l'éloignement pour soi-même ? Moi et Toi sont pour lui des mots vides de sens, car nous sommes Un.

Ce n'est pas là un but que beaucoup d'entre vous désirent sincèrement atteindre. L'homme qui a réalisé l'unité ne voit aucune différence entre soi et l'être humain le plus abject ; il ne voit que Dieu présent dans le pécheur ; il sait que le péché n'est pas en Dieu mais dans Ses enveloppes. Là seulement réside la différence. Le disciple qui a constaté la grandeur intime du Soi ne porte jamais de jugement sur personne ; il sait que son frère et lui-même, lui-même et son frère sont un. Voilà ce qu'il faut entendre par unité. Nous parlons de fraternité.

Combien d'entre nous le mettent en pratique? Quant au yogui, il vise plus haut encore. L'identité, la réalisation de la vie une, est chose plus grande que la fraternité. La sixième Race-Mère amènera la fraternité à son point culminant, la septième Race-Mère connaîtra l'identité ; elle réalisera l'unité de la race humaine.

Entrevoir la beauté de cette conception sublime et toute la grandeur d'une unité dans laquelle « moi » et « le mien, » « toi » et « le tien » disparaissent et dans laquelle nous ne formons plus qu'une seule vie, cela seul suffit pour soulever toute la nature humaine vers la divinité. On ne peut reconnaître la beauté de l'unité sans se rapprocher du moment où la beauté qui est Dieu Lui-même se réalise pour nous.

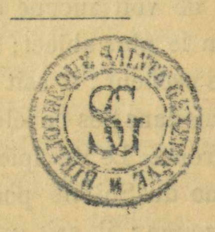
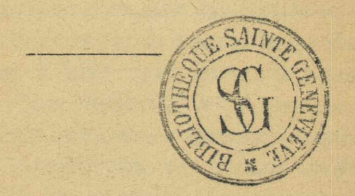


TABLE DES MATIÈRES



RENSEIGNEMENTS

La Société Théosophique se compose d'étudiants appartenant, ou non, à l'une quelconque des religions ayant cours dans le monde. Tous ses membres ont approuvé, en y entrant, les trois buts qui font son objet ; tous sont unis, par le même désir de supprimer les haines de religion, de grouper les hommes de bonne volonté, quelles que soient leurs opinions d'étudier les vérités enfouies dans l'obscurité des dogmes, et de faire part du résultat de leurs recherches à tous ceux que ces questions peuvent intéresser. Leur solidarité n'est pas le fruit d'une croyance aveugle, mais d'une commune aspiration vers la vérité qu'ils considèrent, non comme un dogme imposé par l'autorité, mais comme la récompense de l'effort, de la pureté de la vie et du dévouement à un haut idéal. Ils pensent que la foi doit naître de l'étude ou de l'intuition, qu'elle doit s'appuyer sur la raison et non sur la parole de qui que ce soit.

Ils étendent la tolérance à tous, même aux intolérants, estimant que cette vertu est une chose que l'on doit à

chacun et non un privilège que l'on ne peut accorder au petit nombre. Ils ne veulent point punir l'ignorance, mais la détruire. Ils considèrent les religions diverses comme des expressions incomplètes de la Divine Sagesse et, au lieu de les condamner, ils les étudient.

La Théosophie peut être définie comme l'ensemble des vérités qui forment la base de toutes les religions. Elle prouve que nulle de ces vérités ne peut être revendiquée comme propriété exclusive d'une Église. Elle offre une philosophie qui rend la vie compréhensible et démontre que la justice et l'amour guident l'évolution du monde. Elle envisage la mort à son véritable point de vue, comme un incident périodique dans une existence sans fin et présente ainsi la vie sous un aspect éminemment grandiose. Elle vient, en réalité, rendre au monde l'antique science perdue, la *Science de l'Ame*, et apprend à l'homme que l'âme, c'est lui-même, tandis que le mental et le corps physique ne sont que ses instruments et ses serviteurs. Elle éclaire les Écritures sacrées de toutes les religions, en révèle le sens caché et les justifie aux yeux de la raison comme à ceux de l'intuition.

Tous les membres de la Société Théosophique étudient ces vérités, et ceux d'entre eux qui veulent devenir Théosophes au sens véritable du mot, s'efforcent de les vivre.

Toute personne désireuse d'acquérir le savoir, de pratiquer la tolérance et d'atteindre à un haut idéal, est accueillie avec joie comme membre de la Société Théosophique.

SOCIÉTÉ THÉOSOPHIQUE

Quartier général : ADYAR, MADRAS.
Présidente : ANNIE BESANT.

SIÈGE DE LA SOCIÉTÉ THÉOSOPHIQUE DE FRANCE

59, avenue de la Bourdonnais, Paris.

Buts de la société.

1° Former un noyau de fraternité dans l'humanité, sans distinction de sexe, de race, de rang ou de croyance.

2° Encourager l'étude des religions comparées, de la philosophie et de la science.

3° Etudier les lois inexpliquées de la nature et les pouvoirs latents dans l'homme.

L'adhésion au premier de ces buts est seule exigée de ceux qui veulent faire partie de la Société.

Pour tous renseignements s'adresser, selon le pays où l'on réside, à l'un ou l'autre des Secrétaires généraux des Sociétés nationales diverses dont voici les adresses :

France : 59, avenue de La Bourdonnais, Paris-VII°.

Angleterre : 19, Tavistock Square, Londres, W. C.

Pays-Bas : 76, Amsteldjik, Amsterdam.
Italie : I, Corso, Dogali, Gênes.
Scandinavie : 7, Engelbrechtsgatan, Stockholm.
Indes : Theosophical Society, Benarès, N. W. P.
Australie : 132, Phillip street, Sydney, N. S. W.
Nouvelle-Zélande : 351, Queen street, Auckland.
Allemagne : 17, Motzstrasse, Berlin, W.
États-Unis : 103, State street, Chicago.
Amérique centrale : Apartado, 365, La Havane, Cuba.
Hongrie : IV, Ferencziak Tere, 4, III, 10, Budapest.
Finlande : Pekka Ervast, Agelby.
Russie : Ivanovskaya, 22, Saint-Pétersbourg.
Bohême : Jan Bedrnik-Chlumsky, Prague.
Afrique du Sud : P. O. Box 1012, Johannesburg, Transvaal.
Ecosse : 28, Great King street, Edimbourg.
Suisse : 7, Cour Saint-Pierre, Genève.
Belgique : 58, Chaussée d'Ixelles, Bruxelles.

Agents présidentiels.

Pour l'Espagne : M. J. Xifré, 4 rue Aumont-Thiéville, Paris-XVIIe.

Pour l'Amérique du Sud : M. D. Adrian. A. Madril, 1749. Cordoba, Rosario de Santa Fé (Rép. Argentine).

ÉTUDE GRADUÉE

de l'Enseignement Théosophique

EXTRAIT DU CATALOGUE

Ouvrages élémentaires.

Annie Besant. — Introduction à la Théosophie .	0fr30
— La Nécessité de la Réincarnation . . .	0 20
C.-W. Leadbeater. — Une Esquisse de la Théosophie	1 25
Docteur Th. Pascal. — A. B. C. de la Théosophie	0 50
— La Théosophie en quelques chapitres . .	0 50
Aimée Blech. — A ceux qui souffrent. . . .	1 »

Ouvrages d'instruction générale.

J.-C. Chatterji. — La Philosophie ésotérique dans l'Inde	1fr50
Annie Besant. — Lois fondamentales de la Théosophie	1 50
Annie Besant. — La Sagesse antique. . . .	5 »
A. P. Sinnett. — Le Bouddhisme ésotérique .	3 50
Docteur Th. Pascal. — Essai sur l'évolution humaine	3 50

Ouvrages d'instruction spéciale.

Annales théosophiques : trimestrielles, le numéro 1fr.50
ABONNEMENT : France, 6 fr. ; Étranger, 6 fr. 60.

Le Théosophe : journal bi-mensuel, le numéro 0 fr. 20.
ABONNEMENT : France et Étranger, 5 fr.

PUBLICATIONS THÉOSOPHIQUES

10, rue Saint-Lazare, Paris.

CONFÉRENCES ET COURS

SALLE DE LECTURE. — BIBLIOTHÈQUE. — RÉUNIONS

Au siège de la Société : 59, avenue de la Bourdonnais.

Le Siège de la Société est ouvert tous les jours de la semaine de 3 heures à 6 heures. Prière de s'y adresser pour tous renseignements.



Revue Théosophique Française

France, 10 fr. ; Étranger 12 fr. ; le numéro, 1 fr.

Aux Publications Théosophiques

Annales Théosophiques

TRIMESTRIELLES

France, 6 fr. ; Étranger, 6 fr. 60 ; le numéro, 1 fr. 50

Aux Publications Théosophiques

LE THÉOSOPHE

BI-MENSUEL

Uu an, 5 fr. ; Six mois, 2 fr. 50 ; Trois mois, 1 fr. 50

1, rue Marguerin.

Imprimerie Bussière. — Saint-Amand (Cher).

